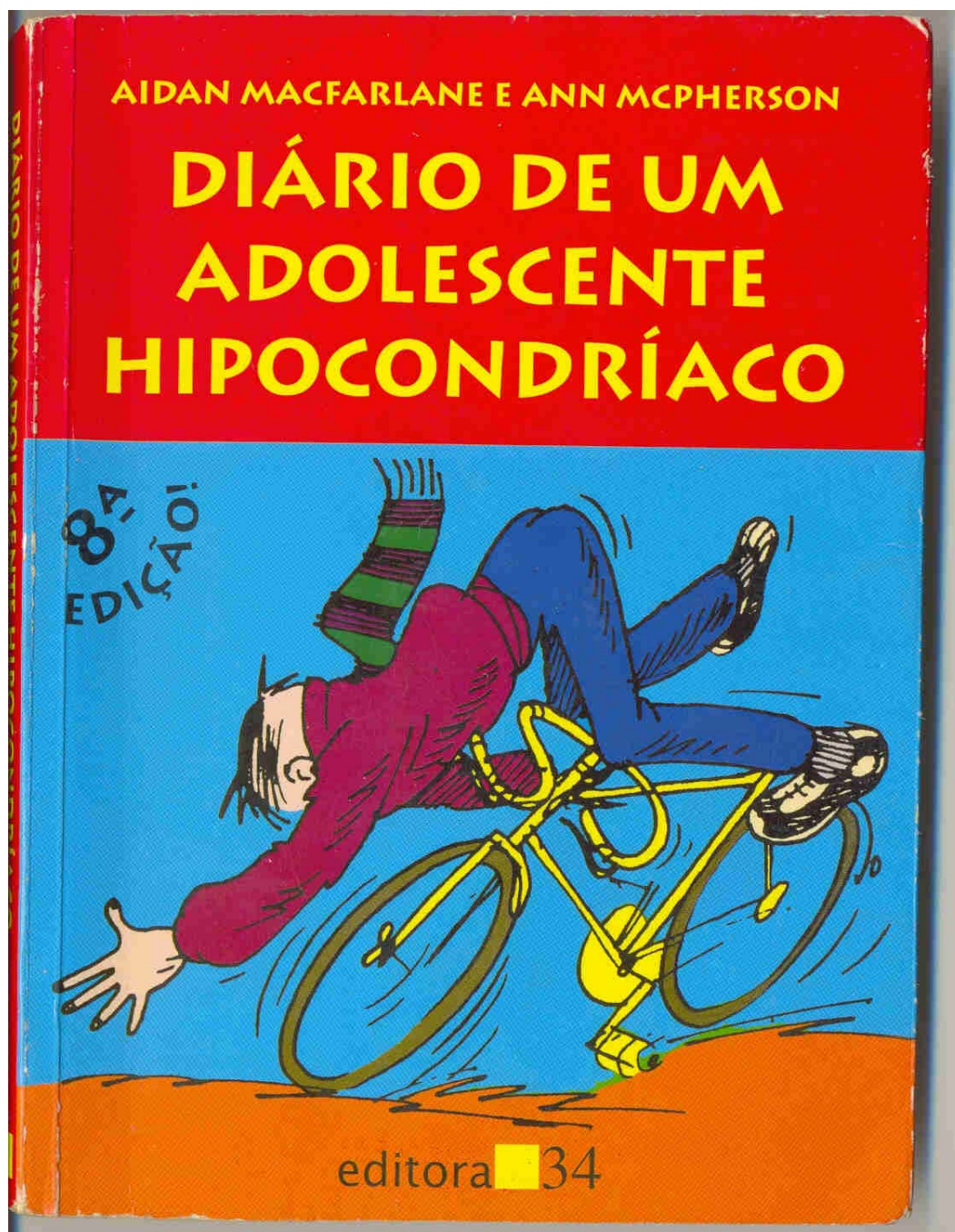




EDITORIA 34

Distribuição pela Códice Comércio Distribuição e Casa Editorial Ltda.

R. Simões Pinto, 120 CEP 04356-100 - Tel (011)240-8033 São Paulo - SP



Copyright © 34 Literatura S/C Ltda. (edição brasileira), 1993

The Diary of a Teenage Health Freak © Ann McPherson and Aidan Macfarlane, 1987

Originally published in English by Oxford University Press

Book review by Adrian Mole © Sue Townsend, 1987

Illustrations © John Astrop, 1987

A FOTOCÓPIA DE QUALQUER FOLHA DESTES LIVRO É ILEGAL, E CONFIGURA UMA APROPRIAÇÃO INDEVIDA DOS DIREITOS INTELECTUAIS E PATRIMONIAIS DO AUTOR

Capa. projeto gráfico e editoração eletrônica:

Bracher & Malta Produção Gráfica

Ilustrações:

John Astrop

Revisão:

Sonia Regina Pereira Cardoso

1ª Edição - 1993, 7ª Reimpressão - 1996

34 Literatura S/C Ltda.

R. Hungria. 592 CEP 01455-000

São Paulo- SP Tel./Fax (D 1)210-9478 Tel. (011)832-1041

CIP Brasil. Catalogação-na-fonte

Sindicato Nacional dos Editores de Livros, RJ.

Macfarlane, Aidan, 1939

M26d Diário de um adolescente hipocondríaco / Aidan

Macfarlane e Ann McPherson ilustrações de John Astrop

tradução de André Cardoso. — Rio de Janeiro: Ed. 34, 1993

176 p. Il. (Coleção Infante-Juvenil)

tradução de: The diary of a teenage health freak

ISBN 85-85490-09-8 . . -

1 - Psicologia do adolescente. 2. Adolescência,

I. McPherson, Ann. II. Título.

CDD- 155.5

CDU - 159,922.8 -

Pra começo de conversa, por Ana Maria Machado

Crítica do livro, por Adrian Mole

Sobre o autor deste diário

1. Como descobri que era hipocondríaco
2. Como quebrei a barreira da dor numa bicicleta
3. De saco cheio
4. Blitz na escola: aluno é pego com maconha
5. Será que a Susie já
6. Também sofro minhas mudanças, mas elas acontecem mais devagar
7. Aprendendo a conviver com as minhas espinhas
8. A vida sexual da Sally entra pelo cano
9. Quando os alérgenos e os anticorpos se encontram
10. O meu primeiro cigarro quase me mata
11. Dores, contusões e falta de ar
12. Enjôo, doença e mal-estar, ou as férias de verão
13. Medo do futuro
14. Pequeno e grande
15. Verrugas e orifícios de odores repulsivos
16. Caninos não tão brancos assim
17. Alguns dias longe da escola
18. Quatro olhos
19. Sonhos de bêbado

Índice onomástico

Aidan Macfarlane e Ann McPherson

DIÁRIO DE UM ADOLESCENTE HIPOCONDRÍACO

Tradução de André Cardoso

editora•34

Orelha

Peter Payne —típico adolescente inglês de 14 anos que anda de bicicleta, vai à escola, é apaixonado por uma garota mas não tem coragem de se declarar e come no McDonald's — um dia descobre que sofre de hipocondria. Em outras palavras: ele é um maníaco por doenças, de carteirinha assinada.

A partir daí, Peter passa a anotar num diário, ao lado de histórias engraçadas do seu cotidiano, detalhes médicos que consegue reunir ao longo de um ano. Os fatos são retirados de todas as fontes possíveis: de extratos do diário de sua irmã de 13 anos — que ele lê escondido sempre que aparece uma chance — até panfletos da saúde pública da Inglaterra.

Essa profunda pesquisa, que inclui experiências pessoais, trata de diversos assuntos: espinhas, álcool, drogas, dor de cabeça, depressão, AIDS, acidentes, cigarro, sexo (camisinha, pílula, diafragma, etc), regimes e o esforço de sobreviver à convivência com os pais e duas irmãs.

Peter Payne vai fundo nos temas que garotos e garotas estão acostumados a descobrir e experimentar — seja através dos noticiários, na própria casa, ali com o vizinho, com o melhor amigo ou com eles mesmos.

Agora, pela primeira vez no Brasil, a edição integral e sem censura deste diário se encontra à disposição de outros adolescentes, com todas aquelas coisas que eles sempre tiveram vontade

PRA COMEÇO DE CONVERSA

por Ana Maria Machado

Peter Payne é um adolescente com mania de doença. Aquele tipo de pessoa que a gente conhece bem, que quando ouve falar em epidemia de gripe já começa a espirrar e ter calafrios. Ou que, assim que lê um artigo na página de saúde de um jornal, tem certeza de que o autor estava descrevendo seu caso e começa a descobrir que tem todos os sintomas mencionados. Figurinha conhecida. Aquele cara capaz de levar horas discutindo os últimos lançamentos de remédios encontráveis no balcão da farmácia e comparando com os mais antigos — que já experimentou todos. Aquele sujeito que tem uma agenda cheia de telefones de médicos e está sempre por dentro de todos os modismos alternativos, que tem dicas de um fantástico massagista japonês, um homeopata incrível, uma loja natural que tem uns chás maravilhosos, uma mãe-de-santo capaz de fazer milagres, um consultório com uma equipe que estudou acupuntura na China, uma mulher que é fera em bioenergética, uma sumidade em shiatsu e do-in, um especialista em aromaterapia e florais, um mestre em cristais, e outros que tais, todos os demais... Sacou? Certo? Errado... Pete Payne é inglês. E por mais que ele se pareça com uma porção de gente que a gente conhece (ou, às vezes, com uma caricatura de nós mesmos), o arsenal de recursos à sua disposição é muito diferente.

Para começar, na Inglaterra ninguém chega na farmácia e vai comprando remédio assim sem mais nem menos, sem receita nem nada. Nem vai consultando o farmacêutico ou o balconista, como se ele fosse alguém que tivesse estudado medicina e pudesse tomar decisões responsáveis sobre a saúde dos outros. Lá tem uma coisa que se chama Serviço Nacional de Saúde, um dos direitos elementares de qualquer cidadão, que funciona muitíssimo bem e é gratuito — e é o que todo mundo usa, sem burocracia nem cartões, sem seguro hospitalar. Médico particular? Só para milionário e, mesmo assim, olhe lá... Não precisa, o outro é excelente.

Como é que ele funciona? É o seguinte: quando uma família se muda para uma casa, alguém passa na agência de correios mais próxima e pede a lista dos GPs do bairro (a não ser que queira manter o médico anterior, o que também pode. Mas vamos fazer de conta que não, para explicar melhor). GP quer dizer General Practitioner, ou seja, um médico de clínica geral. Pago pelo governo, com o dinheiro do imposto dos contribuintes, que lá é alto, todo mundo paga, e não é desviado para outras coisas. Se tentarem, dá cadeia. Um sistema desses custa rios de dinheiro. Mas vale. Porque, veja bem, o cara

olha a lista, seleciona o médico de sua preferência (dá até para visitar vários e escolher) e, uma vez escolhido, ainda antes de adoecer, o futuro paciente se registra com ele, faz uma fichinha com o atendente, e pronto. Quando precisar, é só ir lá ou chamar em casa. De graça. Também funciona para dentista gratuito. Só quero explicar como é para médico... Quando houver a consulta, dependendo da gravidade do caso, o clínico-geral resolve por ali mesmo ou encaminha a um hospital, para a opinião de um especialista e os exames necessários — laboratório, raios-X, etc- Em caso de emergência, não precisa nada disso. Chama-se uma ambulância que chega rapidíssimo (como no capítulo 2, quando ele quebra o braço) e o atendimento vem antes, a burocracia depois.

Ao chegar ao hospital, o paciente não precisa de senha, carteirinha, nada disso. Basta a receita-encaminhamento de seu GP. Dependendo do caso, pode apenas ser conveniente que ele telefone antes e marque hora, para evitar esperar muito tempo na sala de espera até ser atendido. Se o caso for de internamento, ele dá entrada no hospital. Se for daqueles em que o cara pode ir andando pelas próprias pernas, se consultar e voltar para casa, ou seja, ser atendido em ambulatório, pode haver necessidade de remédios quando acaba a consulta ou quando vem o resultado da bateria de exames. Nesse caso, o médico do hospital dá uma receita e ali mesmo, em outro andar, na farmácia hospitalar, o paciente comparece munido do papel e retira a medicação. Na maioria das vezes, de graça. Ou a preços razoáveis. Mas apenas por ordem médica.

Mas então, como é que o nosso amigo Pete Payne pode dar vazão a sua ânsia de se informar mais sobre doenças, se não pode ficar de papo com o cara da farmácia, tentando descolar as últimas dicas e novidades? Ah, muito simples. Não é só no setor de saúde que os impostos dos contribuintes criam um sistema de apoio social eficiente na Inglaterra. Na educação e na cultura também. Existe uma rede de bibliotecas atualizada e bem organizada em todo canto, pelos diferentes bairros e escolas (públicas, bem entendido, e com professores preparados e respeitados, bem pagos, e que valem o que ganham). Assim, o Pete pode consultar livros de medicina e saúde e artigos especializados. Afinal de contas, volta e meia os professores lhe pedem trabalhos sobre o tema e exigem bom nível...

No mais, esse delicioso adolescente hipocondríaco é um cara como todos os outros de sua idade, em qualquer lugar. Não faz mal que haja pequenas diferenças entre sua sociedade e a nossa — e que esta tradução fez questão de manter sem adaptações no texto, até mesmo para a gente ficar sabendo. Por exemplo: as estações do ano são ao

contrário das do hemisfério sul, liga-se aquecimento nas casas em novembro, e em janeiro é preciso se agasalhar e ter cuidado para não escorregar no gelo que se forma nas ruas (e na primavera há problemas com o pólen no ar e a febre do feno). As pessoas costumam ter dois nomes e um só sobrenome — mas raramente usam o nome do meio. Não existe empregada doméstica (daí que Pete e as irmãs têm sua escala de quem faz o que para ajudar com a limpeza e a louça) e por isso ele diz que a mãe acumula vários empregos, mas ela não é cozinheira nem faxineira, e sim dona-de-casa. Casa mesmo, aliás. Quase não há edifícios residenciais em Londres, esses prédios altos das nossas cidades. Mora-se em casas. Ou são antigas mansões enormes, de outros séculos, redivididas em alguns apartamentos com banheiro e cozinha modernizados, ou são menores, como a do Pete, grudadas na casa do lado, em imensas fileiras de casas iguais (muitas vezes com portas pintadas de cores diferentes e bem contrastadas, para distinguir), construídas na mesma época. Todas com seu jardimzinho na frente e quintal atrás. Esquadrias de metal nas janelas. E quartos onde os adolescentes têm “livros por tudo quanto é canto”, como o Pete. Entre eles, não pode faltar o Adrian Mole, um best-seller absoluto, em vários volumes, que talvez você conheça, porque os dois primeiros foram publicados também no Brasil (“Diário secreto de um adolescente”, Editora Bertrand).

O sistema de transportes em Londres é muito eficiente, com uma ótima rede de metrô, trens urbanos e linhas de ônibus — aqueles vermelhões de dois andares onde é proibido viajar em pé (a não ser um máximo de cinco passageiros, esperando vagar um assento). Mas custa caro. Então, é muito, mas muito freqüente mesmo, que as pessoas façam como Pete e seus amigos e andem de bicicleta pra todo lado. Motorista respeita ciclista e há estacionamento para bicicleta em todo canto, inclusive nas escolas.

Como aqui, adolescente gosta de jogar futebol, conversar com os amigos, namorar, ir a festas. Como aqui, nas férias todo mundo que pode gosta de viajar: aqui para outra cidade ou estado, lá para outro país, que as distâncias européias são pequenas. Como aqui, os parques ficam cheios aos domingos — só que lá há mais parques, são mais limpos e bem tratados, e têm segurança. Por isso todo mundo tem mania de fazer piquenique em parque no verão. E também como aqui, há uma época do ano em que o grande barato popular é soltar fogos — mas para eles não é para marcar São João e outras festas juninas, e sim em 5 de novembro, para celebrar Guy Fawkes, um

conspirador que em 1606 queria explodir o parlamento e orei Jaime I (até hoje a Inglaterra tem monarquia parlamentarista, com primeiro-ministro, mas isso você sabe...).

Mais alguma coisa? O café da manhã deles é fantástico, a melhor refeição do dia, como você vai notar quando Pete fala de dieta. E é proibido vender cigarro para menores de quatorze anos — além de haver um controle rígido para a entrada em cinema que passa filme impróprio. Mas essas pequenas coisas você mesmo vai descobrir quando ler o livro. Uma curtição a mais. Além de conhecer um cara super legal, como é o Pete, vai ficar por dentro da vida cotidiana na cidade onde ele mora, Londres, uma das mais gostosas do mundo.

CRÍTICA DO LIVRO

por Adrian Mole

Finalmente! Um livro escrito para hipocondríacos e adolescentes sofisticados como eu! Li o livro inteiro numa noite só, e descobri (quando aqueles passarinhos histéricos estavam começando a fazer a sua barulheira matutina) que pelo menos tinha 110 doenças. Quinze eram graves e dez fatais.

Fui imediatamente ao consultório barato do Dr. Grey para me consultar. Ele deu uma folheada no livro, e depois se ajeitou na cadeira para ler com mais calma. Meia hora mais tarde, a enfermeira entrou irada no consultório e disse:

— Dr. Grey, tem 15 pacientes na sala de espera.

O Dr. Grey largou o livro e disse:

— Preciso comprar um para mim. Vá embora, Mole. Você está ótimo. Chega de desperdiçar o meu precioso tempo.

Ao reler o livro, fiquei surpreso com a franqueza e a objetividade com que se falava de sexo. A minha neurose sobre este assunto, principalmente no que diz respeito ao tamanho do meu “negócio”, diminuiu bastante. O livro traz as respostas para todas as coisas que eu nunca tive coragem de perguntar.

Lembro de quando perguntei ao meu pai como os bebês saíam da barriga das mulheres. Eu tinha quatro anos. Meu pai ficou completamente vermelho, acendeu um cigarro

fedorento, tomou um uísque, coçou a cabeça, ajeitou as calças E NUNCA CHEGOU A RESPONDER. Que covarde! Fui até a cozinha, arrastando o meu ursinho de pelúcia, e fiz a mesma pergunta à minha mãe. Sabe o que ela disse?

— Você por acaso é algum perverso?

Ela achava que era válido usar uma linguagem de adulto com as crianças. Passei anos a fio achando que as mulheres tinham um zíper na barriga. Na verdade (morro de vergonha de dizer) foi só aos 11 anos

que Barry Kent me contou OS FATOS DA VIDA. A gente estava sentado na beira do canal. Isso foi um pouco antes dele me atirar dentro do canal. Mas eu não fiquei muito zangado. Eu estava mesmo precisando esfriar um pouco a cabeça. Eu tinha começado a sentir calor e estava muito perturbado. Ele não tinha poupado nenhum detalhe.

Até que ia ser legal conhecer o autor deste livro. A gente tem muito em comum (apesar, é claro, de eu ser um gênio e um intelectual, e ele não). Nós dois temos uma vida familiar péssima, uma saúde delicada e espinhas que nos deixam o rosto desfigurado.

Deixei a cópia que me mandaram do livro em cima da mesa da cozinha, ao lado do cinzeiro, para que meu pai e minha mãe achem com facilidade. Eu gostaria que ele tivesse sido publicado há alguns anos. Isso teria me poupado muitas angústias.

Pandora, o amor da minha vida, vem aqui ler sobre ‘aspectos da saúde relacionados às meninas’ (como ela diz). Ela começou a ter tensão pré-menstrual faz algum tempo (aliás, ela só não, todo mundo em volta dela). Tem alguns dias do mês em que ela se transforma num verdadeiro monstro. A criação do Dr. Frankenstein parece a Branca de Neve perto da Pandora, quando ela está num de seus dias.

Sim, esse é o livro da minha geração. Adolescentes hipocondríacos do mundo, uni-vos! Não temos nada a perder, além da nossa saúde!

SOBRE O AUTOR DESTE DIÁRIO

Informações Gerais

NOME: Peter H. (não tenho coragem de dizer o resto) Payne.

APELIDO: “Pete Sabe-Tudo”

DATA DE NASCIMENTO: 17 de dezembro de 1972.

IDADE: 14 anos e um mês.

LOCAL DE NASCIMENTO: segundo a minha mãe, no meio do corredor do hospital, a caminho da sala de parto

ENDEREÇO: Clifton Road, nº 18, Hawsley, Londres.

HORRIES: limpar o nariz com o dedo, ver televisão, pensar em mim mesmo, implicar com a minha irmã mais nova, encher o saco das pessoas bancando o “Sabe-Tudo”, colecionar informações sobre medicina, ler revistas de fotografia, sofrer acidentes.

HERÓIS: John Lennon, eu mesmo, o pai do Sam, Adrian Mole, o cara que descobriu a penicilina, mas que não consigo lembrar o nome, e Marilyn Monroe.

O QUE VOU SER QUANDO CRESCER: eu mesmo, um cientista famoso, muito rico, e um tremendo sucesso com as mulheres.

PERSONALIDADE: tímido, desajeitado, um tremendo fracasso com as meninas, cheio de medo da vida, implicante (principalmente com a Susie), fraco nos esportes, e não gosto de tomar banho; por outro lado, gosto de ajudar velhinhas a atravessar a rua, de fazer o dever de casa antes de ver televisão (a não ser quando está passando Match of the Day), de fazer comentários engraçados e de ser original.

MEDOS: pegar AIDS, crescer e ficar desempregado.

Constituição Física

SEXO: masculino, e cada vez mais.

ALTURA: 1 metro e 63 centímetros, medidos no batente da porta com a fita métrica da mamãe.

PESO: 55 quilos, mas comi muito no jantar.

COR DO CABELO: castanho.

COR DOS OLHOS: castanhos, para combinar.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS: eu inteiro, mas principalmente o sinal marrom na minha bunda.

Minha Mãe

NOME: Jane Elspeth Margret.

DATA DE NASCIMENTO: junho de 1945, mas não consigo me lembrar do dia.

IDADE: 35, já faz seis anos.

TRABALHO: acumula vários empregos: reformadora da sociedade, cozinheira, faxineira, lavadeira, quebra-galhos da vizinhança, médica da família. Além disso, ela ainda toma conta do meu pai, se preocupa com todos nós.

PESO: gorducha.

COR DO CABELO: castanho.

COR DO OLHOS: verdes com pintinhas.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS: a risada, que é igual a de uma hiena doente.

PERSONALIDADE: se mete na minha vida particular o tempo todo; me obriga a ser gentil com umas tias muito chatas; não liga a mínima quando não consigo dormir, e etc., (ela diz que “vai passar”, e pronto) e está sempre perguntando se eu já fiz o dever de casa; mas por outro lado, é carinhosa, presta atenção quando a gente fala, e não fica me enchendo o saco para eu arrumar o quarto, que nem a mãe do Sam.

Meu Pai

NOME: Anthony Tobias.

DATA DE NASCIMENTO: não sei.

IDADE: ninguém sabe.

TRABALHO: matar invasores microscópicos na casa das pessoas. Isso se chama dedetização, e é o que eu gostaria de fazer com a Susie.

PESO: em expansão.

CABELO: recuando — o pouco que sobrou.

COR DOS OLHOS: não me lembro.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS: um bigode horrível.

PERSONALIDADE: é engraçado, um bom mecânico, não consegue parar de fumar escondido, fala de política o tempo todo e sabe um monte de coisas.

Minha Irmã Mais Velha

NOME: Baily (e Beatrix — TOP SECRET)

DATA DE NASCIMENTO: sempre esqueço.

IDADE: 17

PESO: segredo de Estado

COR DO CABELO: muda toda hora.

COR DOS OLHOS: azuis.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS: duas que se sacodem na frente.

PERSONALIDADE: é mais “sabidona” do que eu, mandona, e topa quase tudo por dinheiro (ela está tentando economizar para comprar uma moto)

Minha Irmã Mais Nova

NOME: Susie Jane (sortuda — já tinham acabado todos os nomes feios).

DATA DE NASCIMENTO: ela repete para a gente umas seis vezes por dia: 14 de janeiro de 1974.

IDADE: 12 anos e 11 meses.

COR DO CABELO: sem graça.

COR DOS OLHOS: sem graça também — que nem o resto dela.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS: nenhuma.

PERSONALIDADE: se preocupa com o que os amigos vão achar da família dela, gosta de fazer compras, não pára de rir, não me obedece, e faz o maior drama quando eu deduro alguma coisa que ela fez, ainda mais se a mamãe estiver por perto.

Meu Irmão

Infelizmente minha mãe e meu pai nunca me deram um.

Meu Melhor Amigo

NOME: Sam Sproggs.

SEXO: ele diz que é masculino.

IDADE: diz que tem 14, mas na maioria das vezes se comporta como se tivesse 4.

PERSONALIDADE: adora bicicletas; faz sucesso com as garotas, mas não dá a mínima para elas; tenta ser original, mas não consegue; a mesada dele é maior do que a minha.

Ligações Amorosas

NOME: Cilla Jeffs.

SEXO: sim, se ela deixar.

IDADE: 14.

ENDEREÇO: não vou contar.

POR QUE GOSTO DELA: porque sim.

Animais De Estimação

ESPÉCIE: gata (da Sally), que morreria de fome se a mamãe não desse comida para ela.

NOME: Bovril.

IDADE: 14 meses de loucura; está perdendo todos os pêlos.

Minha Casa

Esquadrias de Metal em volta das janelas como todas as casas num raio de alguns quilômetros. Três quartos e uma caixa de sapato para a Susie. Azulejos cor-de-rosa no banheiro. Carpete na casa toda. O quarto da mamãe vive cheio de pêlos de gato, Papai prometeu acabar de montar os acessórios da cozinha, por isso até hoje ela não ficou pronta.

Meu Quarto

Uma placa pendurada do lado de fora da porta avisando se estou no quarto ou não. Do lado de dentro, tem um esqueleto de papel. Minha cama, com todas as minhas roupas velhas enfiadas embaixo. Um milhão de ursinhos Paddington estampados na colcha. O papel de parede está todo embolotado e foi pintado de amarelo pelo papai. Um poster da Marilyn Monroe segurando a saia em cima da grade de metrô, pendurado por cima de um desenho de avião que eu fiz. Para terminar, livros que vão de Biggles a Asimov espalhados por tudo quanto é canto.

Capítulo 1

COMO DESCOBRI QUE ERA HIPOCONDRÍACO

Quarta-feira, 9 de janeiro

A professora de biologia me deixou preocupado hoje. Ela disse que o nosso coração era uma máquina maravilhosa e eficiente, que bate 80 vezes por minuto. Isso dá três bilhões de batidas numa vida inteira. Calculei que o meu já tinha dado $80 \times 60 \times 24 \times 365 \times 14$ 588.672.000 de batidas (o número não coube na calculadora. Preciso de uma melhor). Fiquei preocupado com o esforço que o meu coração já tinha feito. Tenho certeza que ele não vai agüentar até o fim. Perguntei à D. Smellie se eu podia ter um ataque cardíaco na corrida que a gente ia fazer de tarde. Afinal, o vovô morreu de ataque do coração quando estava correndo atrás de um ônibus no ano passado. Bom, é claro que ele tinha 80 anos, mas eu fiquei morrendo de medo que fosse hereditário. D. Smellie disse para eu parar de ser bobo, O exercício faz bem para o coração e ajuda a evitar ataques cardíacos quando a gente fica mais velho. NÃO fumar também. Ela nunca perde uma oportunidade de dizer como NÃO fumar é ótimo. Segundo ela, a probabilidade de eu ter um ataque cardíaco na minha idade é menor do que uma em um milhão. Mas logo tive um novo motivo para me preocupar: a D. Smellie disse que eu estava tendo um ataque agudo de “hipocondria”. Isso deve ser bem pior. Será que eu vou morrer? Perguntei quais eram os sintomas, mas não adiantou nada. Ela me mandou olhar no dicionário. Acho que vou fazer isso mesmo, se não morrer antes.

Quinta-feira, 10 de janeiro

Ainda estou vivo. Consegui escrever mais um dia no meu diário! No Ano Novo eu tinha resolvido começar no dia 1º de janeiro. Só oito dias de atraso! Foi quando comecei a ler Adrian Mole, e minha mãe parou de implicar comigo, que resolvi escrever esse diário. Não aconteceu nada demais hoje. Só a minha irmã, a Susie, é que ficou torrando a paciência da mamãe para deixar a Kate, além da Mary, vir jantar aqui no aniversário de 13 anos dela. Eu odeio todas elas. São todas umas pentelhas. A Mary é a sexta “melhor amiga” que a Susie arranja essa semana. Domingo elas vão com a mamãe assistir pela quarta vez a um desses filmes sem graça do Walt Disney. É super criança, mas é a única coisa que está passando. Eu vou para a casa do Sam. Ainda não morri de hipocondria. Vai ver não é tão grave quanto eu pensava. Vou perguntar ao pai do Sam. Ele sabe tudo.

Sábado, 12 de janeiro

Essa história de hipocondria está começando a me deixar preocupado. Ontem fui na biblioteca, na hora do almoço. Tinha acabado de pegar o dicionário quando o quatro-olhos do Slogs, o C.D.F. da escola, veio perguntar que palavra eu estava procurando. Não

queria que ele descobrisse que eu estava com uma doença medonha.., podia ser contagiosa, e aí ninguém ia querer chegar perto de mim. Então procurei a palavra “ERÓGENO”. O cedê teimou que sabia o que ela queria dizer, mas ficou todo vermelho por trás dos óculos fundo-de-garrafa quando li em voz alta a definição do dicionário (para deleite dos tarados analfabetos ali presentes, e para ver qual seria a reação da O. Bel uma professora de música de 62 anos de idade, que estava cochilando em cima de umas partituras): “área do corpo que provoca excitação sexual, como por exemplo os mamilos, o lóbulo da orelha e a parte de dentro das coxas”.

Ajudei meu pai a consertar o carro hoje. Queria que a gente tivesse um Golf GTI, que nem o pai do Sam, ao invés dessa pilha de ferrugem de décima mão, que chamam de Ford Escort Estate. Bom, pelo menos é melhor do que ter uma droga de um Volvo Estate, que nem o pai do Randy Jo. Só que o nosso carro não pega quando faz frio. O barulho que ele faz é como se estivesse morrendo de câncer no pulmão. Parece o papai tossindo de manhã quando exagera e fuma 40 cigarros num dia só. A gente tinha que botar o carro para funcionar para ir almoçar na casa da tia Pam no dia seguinte. Queria que o papai mandasse a porcaria desse carro para o ferro velho de uma vez, ao invés de ficar tentando consertar.

Depois fui me encontrar com o Sam. Fui ver o time dele jogar futebol. Minha mãe me fez botar quinhentos casacos (“Para você não pegar um resfriado, meu filho”). Parecia que eu estava indo para uma expedição na Antártica. Eu estava ridículo e muito pouco aerodinâmico, mesmo para os padrões da minha bicicleta velha. O Sam tem uma Reynolds 531 — uma bicicleta de garfo reforçado, câmbio Capagnolo, pneus tubulares, banco de competição Edco, para não falar nos freios Weinmann 605— que ele não me empresta de jeito nenhum. Diz que eu ia acabar quebrando. Não me importo muito com isso. Só que a mãe dele deixa ele sair com o uniforme de corrida preto do “Tour de France”. E eu fico me sentindo um babacão. O time do Sam ganhou, mas o goleiro quebrou a perna, e não vai poder jogar no resto da temporada. Deu para ouvir o barulho do osso quebrando lá da arquibancada. Fui embora antes que soltassem os animais do time visitante (não sei por que chamam essa cambada de torcida). Além de ser um covarde, eu detesto violência. Fui para casa pedalando a toda velocidade, para fazer o meu coração bater direito (calculo que estou perto da marca dos 600 milhões de batidas agora). Mas depois fui mais devagar, senão a hipocondria podia piorar.

Sam veio lanchar aqui em casa e derramou geléia no sofá novo da sala. Teve que lamber toda a sujeira, com pêlo de gato e tudo. O Sam adora vir lanchar aqui. Na casa dele nunca deixam ele comer pão, batata frita, bacon com ovos, molho de tomate, biscoito de chocolate e nem tomar Coca-Cola. Talvez mamãe não seja tão ruim assim, afinal. Ou vai ver estou com hipocondria porque não me alimento direito. A Susie fica um saco quando o Sam está por perto. Ela fica puxando papo com ele e não pára de se exhibir. Tenta até falar de futebol e de bicicleta, como se entendesse alguma coisa do assunto. Antes ela detestava os meus amigos, mas agora não larga do pé deles. Será que é isso o que os médicos chamam de “PUBERDADE”? Ela não podia ficar só com as meninas? Não que eu quisesse ter uma irmã lésbica, mas eu também só ando com o Sam, e nem por isso a gente é gay.

Tive a maior briga com a minha mãe por causa da TV. Perdi, para variar. Foi a mesma coisa de sempre: a TV força a vista, deixa os olhos vermelhos, deixa você de mau humor, dá dor de cabeça, faz você ficar mais violento, transforma você num maníaco sexual (eu disse a ela que já era tarado, o que não ajudou muito). E por aí vai: eu não durmo o bastante, só vejo besteira, e já tinha assistido o jogo de futebol em *Match of the Day*. Não recebi o menor apoio da Susie, já que o problema era futebol. Aposto que ela teria me dado mais força se o Sam estivesse por perto. Papai também não me deu nenhum apoio—aquele traidor— porque foi o time dele que perdeu. Ainda estou preocupado com A DOENÇA.

Domingo, 13 de janeiro

A mamãe me obrigou a levantar ao meio-dia. Ainda estou irado com ela por causa da TV. Não dá para entender meus pais. Primeiro eles dizem que preciso dormir mais, depois reclamam quando eu acordo tarde. O problema é que eles não conseguem se resolver.

Fiquei enjoado quando a gente estava indo para a casa da tia Pam. A Susie ficou lendo a viagem inteira. Como é que ELA consegue fazer isso sem ficar enjoada? Não é justo. Mamãe não deixou eu me sentar no banco da frente, e ninguém queria abrir a janela por causa do frio. Isso até eu avisar que ia vomitar.

A casa da tia Pam tem um cheiro horrível: cocô de cachorro misturado com mijo de gato, o bafo de cerveja do tio Bob e o perfume enjoativo da tia Pam. o pior é que ela ainda aparece cheia de pó-de-arroz e faz questão de me dar um beijo. Que nojo! Devia ter uma lei contra a gente ser obrigado a beijar os nossos parentes depois dos 12 anos. Que

doença será que a gente pega através do beijo e de cheiros ruins? Sempre detestei o tio Bob. Agora sei porquê. A primeira coisa que ele me disse foi:

— Estou vendo que você já está de bigode, rapazinho. — Até parece que os pelinhos crescendo em cima da minha boca podem ser chamados de bigode. Além disso, eu estava fazendo um esforço enorme para NÃO reparar neles. Susie e mamãe não paravam de rir. Para piorar a situação, eu ainda fiquei todo vermelho, já basta eu estar com hipocondria. Não precisam também ficar mostrando os meus outros defeitos. Perguntei à Susie se ela tinha algum amigo com hipocondria. Ela disse que sim, um monte, e quando a gente fica assim, a gente vira um hipocondríaco. Maldita sabidona. Ela é pior do que eu. Não tive coragem de admitir que não sabia o que isso queria dizer. Então fui visitar o Sam. O pai dele é médico e faz experiências com animais sobre uma coisa chamada “imunologia”. Será que na minha idade ele lia muito sobre doença? Eu tinha alguma esperança de que ele pudesse tirar as minhas dúvidas sobre “hipocondria”. A impressão que eu tenho é que ele sabe tudo. Mas ele estava numa conferência. O Sam diz que é isso o que ele faz sempre que precisa descansar. As amigas da Susie foram jantar lá em casa depois do cinema, para comemorar o aniversário dela. Ainda bem que eu não estava. A Kate convidou a Susie para passar o próximo feriado na casa dela. Que bom.

Segunda-feira, 14 de janeiro

GRANDE DIA. Cheguei cedo na escola. Deixei todo mundo espantado, inclusive eu mesmo. Cheguei bem na hora em que o Whitton, o zelador, estava abrindo o portão. Ele ficou muito surpreso de me ver naquela hora. Geralmente ele me pega entrando escondido por trás do galpão das bicicletas, depois do sinal já ter tocado. Costumo dar de cara com um monte de alunos do segundo grau fumando lá. Eu disse ao Whitton que tinha que fazer uma pesquisa na biblioteca. Quando peguei o dicionário, estava com as mãos suando. Comecei a procurar. “HIDROFOBIA — aversão à água, principalmente como um sintoma da raiva.” Socorro! Isso era outra coisa que eu tinha. Eu não gosto de tomar banho. “HIPNOSE — estado mental semelhante ao sono, em que o indivíduo age apenas por influência externa.” Comecei a achar que tinha tudo o que estava no dicionário. “HIPOCONDRIA — preocupação excessiva com a própria saúde.” Pô, então era só isso. Eu sou só uma pessoa que tem uma preocupação excessiva com a própria saúde. Não tenho nenhuma doença terrível. Que alívio! Bom, na verdade eu tenho que admitir que sou MESMO meio hipocondríaco. Porque, pensando bem, fiquei meio

decepcionado porque não estava com nenhuma doença grave. Eu já estava me vendo deitado no hospital, com toda a minha família, os meus amigos e uma pilha de chocolates e uvas na cabeceira da cama: minha mãe atormentada de angústia por não ter me deixado ver televisão, meu pai prometendo que ia parar de fumar, e o Sam arrependido de não ter me deixado andar na bicicleta dele. Agora entendo como um hipocondríaco pode ser feliz.

Capítulo 2

COMO QUEBREI A BARREIRA DA DOR NUMA BICICLETA

Terça-feira, 22 de janeiro

Fiquei arrasado ao descobrir que não estava com nenhuma doença. Desisti de escrever o diário.

Quarta-feira, 30 de janeiro

Sofri um acidente seríssimo. Não posso sair de casa, então é melhor começar a escrever o diário de novo. O sábado passado começou bem. O Sam veio me chamar, e a gente saiu de bicicleta para ir visitar uma amiga nossa, chamada Joana. O Sam tinha um disco que ela queria gravar. Quando a gente chegou lá, os dois fugiram para o andar de cima. Eu fiquei me sentindo um tremendo babaca. Aí o Nick, outro amigo nosso, apareceu e pegou a minha bicicleta. Então, só de brincadeira, peguei a bicicleta do Sam e fui dar uma volta. A minha perna é meio curta, então eu não conseguia andar direito na bicicleta. Quando estava descendo o morro, que é bem inclinado, de repente não consegui mais encontrar o freio. Lá embaixo ficava uma fileira de casas e uma curva fechada para a esquerda. Eu ainda estava tentando encontrar o freio, quando derrapei num pedaço de gelo e caí em cima do meio-fio. Na hora em que estava voando por cima do guidom, ouvi alguma coisa fazer CRAC. Eu já tinha ouvido esse som não fazia muito tempo. Pronto.

Depois disso, eu só me lembro de estar numa ambulância. O motorista e o colega dele estavam rindo e contando piadas. Eu não conseguia entender o que estava acontecendo. Meu jeans estava todo rasgado e o meu braço esquerdo estava enfiado num saco plástico cheio de ar. Não conseguia me mexer. Parecia que a minha cabeça ia explodir de dor. As coisas se apagavam e depois voltavam. Eu estava enjoado e fraco. A sirene não estava tocando. O colega do motorista disse que eles só ligavam a sirene numa emergência de verdade, ou quando estavam com pressa para ir fazer uma boquinha!

Finalmente a gente parou e abriram as portas de trás. Mamãe estava lá, chorando, junto com o papai, que estava completamente branco: Ele começou a me xingar e a gritar que o que eu tinha feito era uma idiotice completa. Perguntou se tinha sido de propósito, só para deixar os dois preocupados.

— Por que você não pára para pensar antes de fazer essas coisas?

Os adultos, vou te contar! Minha mãe mandou ele calar a boca. Eu queria sair da ambulância sozinho para mostrar que estava tudo bem. Mas os enfermeiros me seguraram, me enrolaram num cobertor vermelho — como se eu fosse um velhinho de 80 anos — e me levaram numa espécie de cadeira de rodas. Disseram que eu tinha quebrado o braço: o saco plástico cheio de ar era para ele ficar imobilizado para não doer. Mamãe ficou segurando a minha outra mão, enquanto o papai ia se arrastando atrás da gente, resmungando que o Sam ia ficar furo porque a bicicleta dele estava toda arranhada.

Eles me levaram até um quatinho branco e me jogaram em cima de uma cama dura. Ninguém parecia estar muito preocupado comigo (apesar de eu ter ouvido alguém falar de uma injeção antitetânica lá fora). A mamãe teve que ir atrás de alguém para pedir que me dessem algum remédio para diminuir a dor. Voltou dizendo que a enfermeira tinha pedido desculpas, mas que todo mundo estava muito ocupado. Finalmente apareceu uma enfermeira, que enfiou um termômetro na minha boca e tirou o meu pulso. Ela era tão legal quanto as enfermeiras que aparecem na TV, apesar de não ser tão bonita. Ela me ajudou a tirar a calça. A minha perna estava branca e toda esfolada. Pensei que ela fosse tirar a minha cueca também. Quase tive um ataque do coração.

Um homem entrou e me fez algumas perguntas sobre o acidente, além de outras perguntas idiotas. Ele perguntou, por exemplo, se eu sabia em que dia estávamos e o nome do Primeiro-Ministro. Ele olhou nos meus olhos com uma lanterna, espetou uns alfinetes na minha perna para ver se eu sentia alguma coisa, deu uma pancadinha no meu tornozelo e depois examinou cada centímetro do meu corpo. Depois de algum tempo, criei coragem para perguntar para que servia aquilo tudo. Ele respondeu que era para ver se eu não tinha sofrido algum tipo de dano cerebral — como, por exemplo, uma concussão. Descobri mais tarde que isso é mais ou menos a mesma coisa que machucar o cérebro, mas que depois ele fica bom de novo. As perguntas idiotas eram para ver se o meu cérebro estava funcionando direito.

Parecia que ninguém tinha feito NADA ainda. Aí entrou uma mulher e começou a me examinar outra vez. Fiquei com medo de descobrir até onde ELA ia chegar. Ela explicou que o homem que tinha aparecido antes era um estudante de medicina fazendo estágio, e que ela era a médica de verdade. Ela ia mandar tirar uma radiografia da minha cabeça — porque tinha que ver se algum osso do meu crânio estava quebrado — e do meu braço — porque já sabia que ele estava quebrado. Mais um tempão de espera, sem ninguém aparecer para fazer nada. A essa altura eu já queria estar em casa, deitado na minha cama.

A médica me mostrou as radiografias e disse que eu tinha sorte de não ter quebrado a cabeça e sofrido dano cerebral. Ela também disse que não conseguia entender por que as pessoas não usam capacete quando andam de bicicleta. Segundo ela, a cada ano morrem 300 ciclistas e 30.000 ficam feridos. E, se eu estava pensando em ter uma moto algum dia, ia TER que usar capacete. Mesmo assim, 1.000 motociclistas morrem por ano nas estradas, e 63.000 ficam feridos. Para deixar isso bem claro, ela disse que passava a maior parte do tempo remendando pessoas que tinham sofrido algum tipo de acidente e que a cada ano:

Um em cada 11 condutores de lambreta

Um em cada 16 motociclistas

Um em cada 56 motoristas de carro

eram mortos, ou se envolviam em algum acidente. Acho que nem andar é seguro, pois 1.900 pedestres são mortos por ano, e 60.000 ficam feridos por ano. Isso sem falar em outros tipos de acidente, como afogamentos, que matam 100 crianças por ano, ou acidentes domésticos, que levam 2 milhões de pessoas para o hospital todo ano. SOCORRO!

Perguntei à médica se ela usava capacete quando andava de bicicleta. Ela ficou vermelha e não respondeu. Minha mãe me lançou um daqueles olhares significativos e disse que pelo jeito eu já estava melhor. O meu pai voltou para o trabalho, e a minha mãe ficou comigo enquanto botavam umas ataduras brancas e úmidas em cima do meu braço, que começou a esquentar. Algum tempo depois, as ataduras começaram a ficar duras e lisas, e lá estava eu com um belo gesso branquinho para os meus amigos assinarem. O gesso impede que as pontas do osso quebrado fiquem se mexendo. Assim ele pode se solidificar direito.

Achei que já estava tudo pronto, mas ainda estava faltando uma coisa a vacina antitetânica. A sujeira no machucado do meu joelho podia estar contaminada com a bactéria do tétano. Isso pode causar uma contração de todos os músculos do corpo, o que, além de ser muito incômodo, também pode matar. Mamãe disse que eu tinha tomado a vacina quando tinha cinco anos, mas ela só protege contra o tétano durante dez anos. Depois disso, a gente tem que tomar outra vez.

Disseram que talvez eu tivesse que dormir no hospital, só por que eu tinha desmaiado. Primeiro fiquei assustado. Depois comecei a achar que podia ser divertido, ainda mais se os meus amigos viessem me visitar. Eu podia ganhar um monte de presente (já que não pude fazer isso com a doença da hipocondria). Mas parecia que eu estava bem, então acabaram me deixando ir para casa com a minha mãe. Mesmo assim, disseram para ela me trazer de volta se eu comesse a vomitar, tivesse uma dor de cabeça muito forte, visse as coisas em duplo, ou ficasse mole por causa da batida na cabeça. Também me mandaram voltar se os dedos do braço quebrado ficassem dormentes, inchassem, ou ficassem brancos ou azuis. Parecia tudo muito nojento, mas não aconteceu nada. Os últimos quatro dias têm sido muito chatos, e é por isso que eu estou escrevendo.

Ninguém veio me visitar, a não ser o Sam. Ele veio para reclamar da bicicleta (pelo menos ele se lembrou de perguntar como eu estava). Depois ele contou que uma tal de Jane, da nossa sala, estava dando mole para ele. O papai disse que eu já tinha sofrido o bastante, e que então ele ia pagar o conserto da bicicleta do Sam. Às vezes ele sabe ser super gente fina. A Susie e a Sally também foram muito legais. Já que eu não tenho muitos amigos, acho que ter duas irmãs é melhor do que nada.

Quinta-feira, 31 de janeiro

Acordei cedo para pegar o ônibus. Primeiro dia de volta à escola. Consegui ser o centro das atenções durante cinco segundos, enquanto todo mundo sujava o meu gesso com os seus rabiscos. Tem alguns que eu tenho até vergonha de mostrar em público. Tive que ficar estudando na hora da Educação Física. Não gosto de Educação Física, mas agora que não posso participar da aula, eu estou me sentindo meio de fora. O Prof. Jones (ele é o nosso professor de Educação Física e também trabalha na revista da escola) disse que, já que eu não tinha nada para fazer, eu podia representar a turma na revista e conseguir algumas matérias para o próximo número. Contei o acidente para os meus colegas (enfeitando um pouco as partes que falavam da minha coragem e de como as enfermeiras ficaram taradas por mim). Mas eu não consegui chegar nem na metade da

história. Todo mundo achava que tinha um acidente pior do que o meu e queria contar de qualquer jeito. Fiquei de saco cheio e mandei que eles escrevessem sobre os seus problemas para a revista da escola.

Quinta-feira, 7 de fevereiro

Uma semana inteira sem escrever. Fiquei exausto de tentar funcionar com uma mão só, aqui em casa e na escola. As professoras pararam de ter consideração comigo pelo fato de eu estar aleijado. Recebi um monte de histórias para a revista. As coisas em que os meus colegas se metem ...

Eu estava brincando de pique perto do armazém com a minha irmã e um amigo, há uns quatro anos. Atravessei a estrada correndo, e um ônibus vermelho enorme me acertou bem na hora em que ele ia parar. A minha irmã foi chamar a minha mãe. Ela veio correndo. Eu não parava de correr em círculos. O médico veio e me levou, junto com a minha mãe, para o hospital. Passei a noite lá. Eu só estava com um pouco de concussão. Fui para casa no dia seguinte.

Uma vez eu quebrei o nariz, bem na base. Eu estava em pé perto do meu irmão. Ele estava sacudindo a cabeça para se secar da chuva. Eu fui e dei de cara com ele, então quebrei o nariz. Eu fiquei com uma tremenda dor de cabeça e com o nariz roxo, do tamanho de uma melancia. Fui para o hospital, e disseram que primeiro iam ter que esperar o nariz desinchar. Aí me levaram para a clínica de otorrino. Ninguém teve pena de mim.

Foi há uns três anos, Eu estava passando o aspirador no corredor. Um pedaço de papel não queria entrar no tubo, então eu fui empurrar com uma faca. O aspirador chupou o meu dedo para dentro, e fiquei todo cortado. Também tive outro acidente, quando tinha uns dez anos. Eu estava sentado em cima da pia do banheiro. De repente ela se soltou da parede e caiu. Eu bati com o olho e fiquei coberto de sangue.

Já sofri pelo menos uns três acidentes, mas nenhum deles foi muito grave. O primeiro foi quando o meu pônei me deu um coice numa apresentação. Eu não me machuquei muito, fiquei só um pouco roxa e dolorida. Depois um outro pônei me mordeu quando eu estava colocando a sela nele. Doeu mais do que quando eu levei o coice, porque cortou a pele e sangrou. O outro acidente foi quando caí e o pônei me arrastou pela estrada. O pônei que eu estava montando era muito pequeno. A gente estava voltando para o pasto, quando de repente apareceram duas meninas correndo pelo caminho. O pônei se assustou e

disparou por baixo de um galho. Eu bati no galho e caí. Agarrei as rédeas, e ele me arrastou por uns 100 metros. Fiquei toda machucada de um lado e ainda estou cheia de cicatrizes.

Eu estava passeando com outra menina perto da linha do trem. Tinha uns meninos que ficaram jogando pedra na gente. Acertaram uma pedra enorme na minha cabeça. Aí me levaram correndo para o hospital. Perdi três litros e meio de sangue e tive que levar 16 pontos: seis internos e dez externos. Tiveram que me dar cinco injeções na cabeça para anestesiá-la na hora de costurar os pontos. Eu ia ter que passar a noite no hospital. Quando os meus pais vieram me contar, eu comecei a chorar, então os médicos me deixaram ir para casa. A minha irmã estava lá e viu a pedra na minha cabeça. A minha prima, que foi quem arrancou a pedra, disse que dava para ver os ossos do meu crânio. Os médicos e os meus pais pensaram que eu ia morrer, porque se o corte tivesse sido um pouco mais fundo, eu já teria dançado. Agora, sempre que vejo alguém atirando pedras, eu corro para casa. Acho que esse meu medo nunca vai passar. Se alguém bate na minha cabeça, ou toca nela, eu fico doida e bato na pessoa.

A última vez que me machuquei foi há um mês, quando fui patinar no gelo pela primeira vez. Eu já sabia andar de patins de roda, mas os meus amigos me disseram que no gelo era mais difícil, porque você escorrega toda hora. Fui patinar com uns amigos meus, mas quando entrei no gelo fiquei com muito medo. Sempre que tentava sair do lugar, eu escorregava. Depois correu tudo bem, até que um menino atrás de mim me empurrou, e eu caí de encontro à murada do rink. No que eu caí, botei a mão no chão, e um menino que estava do meu lado patinou em cima dos meus dedos. Eu não parava de chorar, porque estava doendo demais. Os meus amigos me viram e me ajudaram a sair do rink. Estava jorrando sangue dos meus dedos, a pele estava toda esfolada, e a minha unha estava quebrada e toda roxa. Depois desse acidente, jurei que nunca mais ia patinar — mas acabei mudando de idéia.

A última vez que me machuquei foi quando eletrocutei a mão direita. Aconteceu quando eu fui tentar trocar uma lâmpada. Eu tinha pintado a lâmpada com esmalte vermelho. Fiquei sem poder escrever um mês inteiro por causa da queimadura. Tive que ir para o hospital, porque era uma queimadura de eletricidade, que parece que é bem mais grave que as outras. Tive que fazer uma cirurgia plástica, e tiraram a pele da parte de cima da minha outra mão. Passei três dias no hospital.

Quando eu tinha dez anos, quebrei o vidro da janela com a mão. Um caco de vidro arrancou um pedaço da minha pele. Os meus pais me levaram correndo para o hospital e disseram que eu ia ter que fazer um enxerto de pele. Na época, eu não sabia o que era isso. Preferia que isso não tivesse sido necessário, porque ainda tenho a cicatriz e acho que ela nunca vai desaparecer. É muito feio, porque tiraram a pele da parte lisa do meu braço, e ainda dá para perceber.

Eu estava descendo um morro de bicicleta. Tinha um amigo meu na minha frente, e um carro na frente do meu amigo. De repente a porta do carro se abriu, e o meu amigo bateu nela de frente. Ele saiu voando por cima da porta e bateu com a cabeça quando caiu. Freei bem em cima dele e caí por cima do guidom. Xinguei o motorista do carro feito um doido. Fui aterrizar com uma perna embaixo da bicicleta, e a outra torcida em volta do guidom e do fio do freio. O idiota saiu do carro e disse que o meu amigo estava bem. Eu disse exatamente o que achava dele. O meu amigo se levantou. Ele estava só com um pouquinho de concussão. Peguei a bicicleta dele, levei para casa e depois fui com o meu pai e o pai dele na delegacia. Isso serviu para confirmar a péssima opinião que eu tenho das pessoas que abrem a porta do carro sem olhar direito.

Sofri um acidente de bicicleta e torci os testículos. Tive que levar 60 pontos no saco...

Tomei cuidado para não deixar este último relato chegar às mãos do Prof. Jones. Acho que esse cara só estava querendo contar vantagem. Só incluí ele aqui porque é um bom exemplo do que se costuma chamar de uma “conversa para boi dormir”.

Sexta-feira, 8 de fevereiro

Fiquei com o nariz sangrando depois de mais uma sessão de limpeza com o dedo. Foi sangue para todo o lado. Sujei o banheiro todo. Pensei que fosse morrer, outra vez.

Capítulo 3

DE SACO CHEIO

Sexta-feira, 15 de fevereiro

Minha mãe e meu pai tiveram uma tremenda briga ontem. Tinha alguma coisa a ver com a gente ir acampar no verão com a vovó. O papai estava dizendo que ela ia teimar em levar a dentadura reserva num saco plástico, e ele não queria ter que pedir para a polícia ir procurar os dentes postiços dela outra vez. Hoje de manhã parecia que já estava tudo

bem, mas eles não quiseram contar nada pra gente. Quando perguntei, papai mandou eu parar de ouvir a conversa dos outros escondido. Como se ele tivesse moral para falar alguma coisa. Ele ainda fuma escondido, só que finge que não toca mais no cigarro.

Voltei a ir para a escola de bicicleta, depois de passar três semanas andando de ônibus. Ainda bem que já me liberei do gesso (e dos rabiscos), mas ainda estou preocupado com aquela história dos meus dedos poderem ficar dormentes ou azuis. A minha mão ainda está doendo. Juntou um bando de gente em volta de mim na escola, e a Cilla (eu realmente gosto dessa garota) quis tocar no meu braço. Depois que eu tirei o gesso (que a Cilla se recusou a assinar) ele ficou patético, todo branco.

A aula de francês foi um caos, como sempre. A Dona Slazenger, coitada, não consegue impor o menor respeito. Sam e eu ficamos sentados no fundo da sala, discutindo os nossos planos para ir acampar e andar de bicicleta no verão. Conte para ele a história da vovó. Fui pego falando em aula. Resultado: vai ser meu primeiro castigo amanhã. Vai ver agora as pessoas vão perceber que eu não sou tão C.D.F. assim. Não ganhei nenhum cartão de dia dos namorados ontem. Que chato. Pelo menos eu também não mandei nenhum. O Sam, é claro, recebeu dois.

Terça-feira, 19 de fevereiro

Minha mãe e meu pai se atracaram outra vez ontem à noite. A Sally piorou ainda mais a situação ao comunicar que ia sair e só ia chegar tarde. Mamãe disse que ela tinha que pedir antes, e não só chegar e avisar. Depois perguntou quando é que ela ia estudar para as provas finais. A Sally se retirou, dizendo que todos os amigos dela podiam ir dormir tarde, até nos dias de semana. A gota d'água foi quando ela disse que já tinha idade não só para se casar, mas também para ter um filho. Minha mãe ficou catatônica. Foi aí que eu resolvi fazer uma retirada estratégica para o meu quarto e voltar para o meu diário. Ouvi a Sally chegar cedo e bater a porta da frente de forma significativa. Parece que a mamãe exerce um controle maior sobre a Sally do que sobre Bovril, a nossa gata. Ela passa a noite toda fora, acordando a vizinhança inteira com a sua vida sexual.

Quarta-feira, 20 de fevereiro

Estou preocupado porque acordei com dor de cabeça outra vez. No estado em que eu estava, quase tomei o remédio para dormir da minha mãe pensando que era analgésico e esqueci o livro de matemática em casa. Tinha marcado de me encontrar com o Sam, mas cheguei atrasado. Ele ficou irado. Nós dois chegamos atrasados no colégio. O Sam sumiu

com outros amigos dele no recreio, e eu fiquei sem ninguém para conversar. Ainda por cima tive que ficar na escola depois da aula por causa do castigo. Além de ficar de saco cheio de estudar nem tive a chance de me angustiar por causa do dever de casa.

Quinta-feira, 21 de fevereiro

A Sally ficou horas trancada no banheiro se produzindo para sair com o Mike, o último de uma longa série de namorados. Enquanto isso, todo mundo teve que fazer fila na porta. A Susie não pára de reclamar que não tem nenhuma amiga. A Kate arranjou uma nova melhor amiga – o que não é de se estranhar. A Susie gritou comigo porque não passei o açúcar para ela no lanche. Só que ela está gorda demais para comer açúcar. Acabou que a Jane convidou o Sam para ir ao cinema na sexta. O pior é que ele vai. Eu estava achando que ia junto. Acho que ele gosta mais da Jane do que de mim. Por mais que eu tenha vontade, sou tímido demais para convidar a Cilla para sair. Vai ver eu sou gay, porque eu preferia ir com o Sam.

Sexta-feira, 22 de fevereiro

Está caindo o maior dilúvio Fiquei todo encharcado quando estava indo para a escola. A mamãe e a minha professora de Matemática me perguntaram se eu tinha levantado com o pé esquerdo. Estou morto de cansaço. Fiquei com dor de cabeça o dia inteiro e ainda estou irritado com a idéia de não ir ao cinema.

Foi aí que aconteceu a GRANDE briga. Bem no estilo do Clint Eastwood, só que em escala doméstica. Eu derramei um pouquinho de café sem querer. A Susie disse que tinha sido de propósito, só porque era a vez dela tirar a mesa e lavar a louça, e que eu é que ia ter que limpar. Não concordei, já que era a vez DELA limpar. Ela fez uma careta e foi para a cozinha batendo o pé, carregando uma pilha de pratos. Então derramei o café dela. Quando ela voltou, eu disse que ela agora tinha alguma coisa dela mesma para limpar. Ela tentou bater em mim. Agarrei o braço dela e torci. Ela caiu, bateu na mesa, e a garrafa de leite caiu no chão e se quebrou. Foi aí que a mamãe apareceu, pau da vida. Eu disse que a culpa tinha sido da Susie. Mas a Susie, mentindo como sempre, disse que a culpa tinha sido minha. A mamãe atirou um pano de chão para a Susie e uma vassoura para mim, e mandou a gente limpar tudo. Depois ela saiu, com um tremendo mau-humor.

Na mesma hora, a Susie derramou leite no meu tênis novo e sussurrou: — Eu te odeio. — Então eu disse que ela era uma pentelha, e que não era à toa que a Kate não gostava mais dela. Quando eu disse isso, tive a certeza, junto com um medo delicioso, de que ia

haver violência. Ela me acertou no braço com o pano de chão encharcado de leite. Então eu gritei e caí (ileso) no chão. Fiquei segurando o braço e acabei me cortando sem querer nos cacos de vidro da garrafa de leite. Nesse instante, a mamãe e o papai apareceram: a mamãe numa porta, muda de raiva, e o papai na outra, recém-saído de mais uma batalha contra os monstros microscópicos, igualmente mudo. A mamãe conseguiu se recobrar primeiro, e gritou: — OS DOIS PARA A CAMA. AGORA! — e aí o papai também conseguiu falar: — Façam o que a sua mãe mandou.

— Mas eu estou sangrando! — gritei, e a Susie reclamou:

— Mas foi tudo culpa dele, por que vocês sempre implicam comigo?

— CAMA! — berrou a mamãe. Então, fazendo questão de derramar sangue pela escada inteira, fui para o quarto e bati a porta. Fiquei deitado escutando a Susie soluçar. Vai ver que ficar “de saco cheio” é contagioso.

Eu tive a impressão que já tinham se passado horas, quando a Sally veio chamar a gente para jantar. Na mesma hora, a Susie começou a soluçar de novo no quarto. Aí ela berrou: — Não! Me deixe em paz. Todo mundo me odeia! — Então comecei a recitar o mais alto possível, com a minha mais irritante voz de choro:

“Ninguém gosta de mim, todo mundo me odeia,

Acho que vou comer uma minhoca.

Bem grande e succulenta,

Gorda, gostosa e gosmenta,

Ela vai se mexer e contorcer na minha língua.

Vou arrancar a cabeça com os dentes,

Chupar a tripa toda,

E jogar a pele fora.

Ninguém sabe por que razão

Como três minhocas por refeição.”

A Sally gritou para eu calar a boca. Quando parei, ouvi ela dizer, para minha surpresa: — Não, ninguém te odeia. Nós todos te amamos muito, até o Pete. — Quanta mentira.

O jantar correu no mais profundo silêncio. Não tive ânimo nem coragem para recusar o feijão com carne moída — apesar de não estar com a menor fome. O papai contou algumas das suas piadas sem graça, que fizeram ainda menos sucesso em meio ao clima de tensão reinante. Depois do jantar, vim direto escrever isso. Às vezes, escrever sobre as coisas faz com que elas melhorem.

Dez horas da noite. Pensei que já tivesse fechado o diário por hoje, mas não consigo dormir. O papai e a mamãe estão gritando um com o outro e o meu corte está ardendo. Parece que a discussão começou de novo com a história da vovó ir passar as férias com a gente, mas o campo de batalha se expandiu depressa. A briga ficou ainda mais sangrenta e sem sentido do que a minha luta com a Susie.

Parece que o papai nunca ajudava a mamãe a tomar conta da gente, nunca ajudava a cozinhar, a lavar a louça e a limpar a casa, sempre esquecia o aniversário dela e também o dia dos namorados, nunca dava comida para a gata, nunca limpava o banheiro depois de usar, costumava passar a noite inteira com dor de cabeça, nunca limpava os pés antes de entrar, sempre deixava peças do carro cheias de óleo em cima do sofá da sala, e sempre satisfazia as nossas necessidades materiais, sem nunca levar em consideração as dela. Meu pai, na hora em que a minha mãe parava para tomar fôlego, dizia que ela sempre deixava o carro sem gasolina, era ilógica, não valorizava o fato dele ir fazer compras com ela, sempre misturava as páginas do jornal, nunca tampava a pasta de dente depois de usar e, pior de tudo, a gente estava ficando igual a ela... e por aí vai.

De repente fiquei totalmente deprimido e muito preocupado. Será que isso quer dizer que os meus pais vão se separar? A culpa ia ser minha. Fui eu — sou forçado a admitir — que comecei tudo, quando estava de saco cheio. Se meu pai e a minha mãe se separassem, não ia valer a pena continuar vivendo. Eu não estava mais cansado. Tinha que falar com alguém, qualquer um, sobre isso. Fui escondido até o quarto da Susie, mas ela não estava lá. Então fui no quarto da Sally, e lá estavam as duas deitadas na cama, conversando. Desabei no chão com um suspiro, quando percebi o silêncio que tinha se instalado lá embaixo de repente.

A Sally falou baixinho: — Não fica preocupado. A culpa não é sua, nem da Susie. Os adultos costumam brigar muito. Não sei como é que vocês nunca ouviram o papai e a mamãe discutindo antes. O monopólio das brigas não é de vocês, sabe? Uma briga de vez em quando é uma coisa normal, e não significa necessariamente que as pessoas não se gostem. Você tem que conhecer e compreender alguém muito bem para poder amar,

ajudar, e também poder magoar essa pessoa! O Mike e eu temos umas brigas horríveis, às vezes. Na maior parte do tempo pelos motivos mais idiotas. Mas acho que isso é melhor do que ficar bloqueando tudo, que nem o tio Bob e a tia Pam fazem há mais de 25 anos. Não há nada como uma boa briga para aliviar um pouco a barra. Esperem só até amanhã para ver. — Tentei explicar à Sally como eu estava me sentindo mal. Parece que ela estava entendendo o que eu queria dizer. Ela até botou um band-aid no meu machucado.

Sábado, 23 de fevereiro

Já acordei achando que o dia ia ser melhor. E foi mesmo. Primeiro, o papai fez o café! A mamãe achou isso o máximo. Ele até beijou a mamãe na nossa frente. Ela disse que eu estava com cara de cansado. Eu quis fazer uma brincadeira e disse, meio sem jeito, que não tinha conseguido dormir direito por causa do barulho.

—Ah — mamãe respondeu—, espero que vocês não tenham escutado o nosso pequeno “debate” ontem à noite.

A gente riu. Eu ainda acrescentei que na próxima vez que eu e a Susie fizéssemos um “debate”, eles podiam fazer o favor de não interferir. Papai disse para eu parar de ser besta. O Sam passou lá em casa ,mais tarde. Ele reclamou que a Jane levou duas amigas para o cinema. As meninas se sentaram todas juntas e ainda queriam que ele comprasse sorvete para elas no final. Ele desistiu das meninas e ficou para o jantar.

Segunda-feira, 25 de fevereiro

Domingo não aconteceu nada demais. Hoje na escola tinha um grupo de colegas meus discutindo sobre os pais. Os pais do Mat são divorciados. Eles tinham brigas horríveis e atiravam coisas um no outro. Quando o pai dele finalmente foi embora, ninguém contou a verdade para ele. A mãe dele só disse que o pai tinha saído de férias. Isso me deixou meio assustado, mas essa situação parecia bem pior do que a dos meus pais. O Mat disse que apesar dele ainda querer que o pai e mãe estivessem juntos, as coisas estavam mais calmas agora. Quando cheguei em casa, a Sally tinha deixado uma revista em cima da minha cama. Tinha um artigo de um psicanalista infantil sobre a depressão nos adolescentes.

MAU HUMOR E DEPRESSÃO NOS ADOLESCENTES

Às vezes é difícil perceber a diferença entre o mau-humor e a de depressão. Há uma tendência das duas coisas se misturarem. Algumas pessoas acham que estar deprimido é

a mesma coisa que estar muito, muito chateado. No entanto, todos nós nos sentimos chateados às vezes e, de vez em quando, até mesmo deprimidos. Felizmente, são poucos os que sofrem de depressão aguda. Muitas das coisas que nos deixam de mau humor podem parecer bem piores, ou até mesmo insuportáveis, se já estamos deprimidos

A seguir uma lista de algumas coisas que podem fazer com que você se sinta assim:

- falta de confiança em si mesmo.

- perda, separação ou rejeição; por exemplo, morte ou rejeição de um ente querido, de um namorado ou namorada.

- separação ou divórcio dos pais.

- conflitos familiares.

- sensação de incapacidade para enfrentar problemas.

- pais deprimidos.

- doença grave.

- alcoolismo ou uso de drogas.

- problemas de relacionamento com amigos.

- expectativas exageradas por parte dos pais.

- problemas de trabalho.

Se vários desses problemas ocorrerem juntos, você pode ter a sensação de que é impossível lidar com isso, ou até mesmo chegar a pensar que não vale a pena continuar vivendo. Se isso acontecer, você pode procurar ajuda e tratamento. É muito melhor tentar falar com alguém, ao invés de deixar tudo trancado dentro de você. O melhor é procurar uma pessoa com quem VOCÊ tenha facilidade de conversar. Pode ser o seu melhor amigo, a sua mãe, o seu pai, um irmão ou uma irmã, um professor, um médico, um padre ou pastor, uma tia, um amigo qualquer.

Às vezes é difícil saber com certeza quando o mau humor se transforma em depressão, mas estas pistas talvez possam ajudar:

- sensação de total falta de esperança e desamparo.

- sensação de que o futuro vai ser sempre ruim.

- sensação de que a mais simples tarefa é impossível de ser realizada.

- uma autocrítica exagerada que permanece por um longo período de tempo, dando a impressão de que nada do que você faz fica bom.
- sensação de cansaço que se arrasta por vários dias ou semanas.
- uma insônia que se repete durante noites a fio, ou acordar cedo, quando isso não é do seu costume.
- dores de cabeça freqüentes e/ou dores de barriga sem motivo aparente.
- perda de apetite acompanhada de perda de peso, ou então um apetite compulsivo.
- sensação de estar isolado das pessoas à sua volta, incluindo família e amigos.
- sensação de que o trabalho está exigindo um esforço cada vez maior.
- vontade de deixar de ir à escola, ou fugir de casa.

Nenhuma dessas coisas isoladamente (nem a sua presença durante algumas horas, ou um dia) significa que você está seriamente deprimido. No entanto, se uma ou mais delas o incomodarem durante várias semanas, você pode estar deprimido, e deve procurar ajuda. Não é bom ficar deprimido. A depressão é como uma doença, e deve ser tratada.

Capítulo 4

BLITZ NA ESCOLA: ALUNO É PEGO COM MACONHA

Segunda-feira, 4 de março

Cheguei à conclusão de que não estou deprimido, mas já vi que tem um ou outro professor que está. Pelo menos a minha dor de cabeça passou.

Terça-feira, 5 de março

Encontrei um livro sobre sexo e puberdade no meu quarto. Como será que ele foi parar lá?

Quarta-feira, 6 de março

Emoção de verdade. Jornalistas e policiais por tudo quanto é canto, nos fazendo um monte de perguntas. Um babaca do segundo grau chamado Smith, cujo passatempo favorito é implicar com fracotes de 50 quilos feito eu, estava oferecendo maconha para os alunos da oitava série. Sr. Rogers encontrou uma pobre criança vomitando atrás do galpão das bicicletas. A mamãe me fez um interrogatório digno da Gestapo quando

cheguei em casa. Ela ficou sabendo de tudo pelo noticiário do rádio. Ele já tinha me oferecido maconha? Eu já tinha provado alguma vez? E os meus amigos? Quando ela terminou, eu já estava convencido de que a minha turma inteira era viciada em heroína. O pior é que eu sei que a mamãe toma um comprimido para dormir de vez em quando. Eu disse a ela que era melhor tomar cuidado, senão ela podia acabar ficando viciada.

Susie está com diarreia. Tomara que eu não pegue.

Quinta-feira, 7 de março

Às sete horas da manhã, eu já estava na rua, enfrentando as pessoas fazendo jogging e o cocô dos cachorros, para ir apanhar o jornal local. Finalmente a fama! Estava tudo lá:

ALUNO DE 17 ANOS

VENDE MACONHA NA ESCOLA

Um aluno do segundo grau da Escola Wendels foi preso ontem sob a acusação de oferecer maconha para os alunos mais novos. Ele culpou seus amigos por tê-lo viciado. “A primeira vez que experimentei foi na casa de um amigo, numa noite de sábado. Tinham resolvido me deixar chapado. Isso me deixou muito irritado no início. Mas depois eu já estava achando excitante fumar maconha, e não estava assustado. No começo, é igual a fumar cigarro, mas dava um efeito gostoso também. Eu não conseguia parar de rir. É que nem ficar bêbado, só que sem a sensação de enjôo. Antes eu só fumava quando me ofereciam maconha nas festas. Depois conheci uma pessoa que disse que conseguia arranjar fácil. Meus amigos começaram a me procurar para comprar. Depois essa pessoa começou a pegar pesado. Ele queria que eu comesse a experimentar outras coisas, mas eu não quis. Eu sei o que as outras drogas fazem com as pessoas. Eu não ia injetar nada, de jeito nenhum. Acho isso nojento.”

“É assim que esses garotos acabam ficando viciados. Os vendedores da droga ‘pesada’ apresentam a eles uma droga como a maconha, e depois dizem: ‘Por que você não cheira isso?’ ou ‘Põe só um pouquinho na bebida’. Quando vão ver, eles já estão viciados em heroína, cocaína ou anfetaminas. Basta usar heroína duas ou três vezes por semana, durante duas semanas, para ficar viciado”, comentou o inspetor de Polícia James. O diretor da escola, Sr. Macintosh, afirmou que estava escandalizado e assegurou aos pais que nunca tinha acontecido nada parecido na escola. Um compenetrado aluno da oitava série considerou a situação repugnante: “Se o álcool e o tabaco tivessem sido

descobertos agora, eles também teriam sido declarados ilegais, e já estava na hora de proibirem o cigarro na sala dos professores. O fumo e a bebida são apenas um outro tipo de droga.”

Fui eu! Essa última parte quem disse fui eu para o cara. Publicaram tudo no jornal!

Sexta-feira, 8 de março

Boatos por toda parte. Estavam vendendo LSD na cantina da escola. Tinha uma fábrica de anfetaminas no laboratório de química (metade da escola foi lá hoje para ver se era verdade) O Sr. Macintosh falou com a gente no auditório. Fizeram um silêncio absoluto quando ele começou:

— *É do meu conhecimento* (o que não é de se espantar, já que saiu no jornal e no rádio!) *que certos elementos* (ele estava falando da gente!) *estão desmoralizando a escola através de suas ações. Os funcionários têm ordens de procurar qualquer indício de que este hábito perverso tenha se espalhado...*— Resumindo, ele estava levando a coisa muito a sério. Foi se criando a maior agitação. As pessoas foram se juntando em grupinhos pelos cantos e começaram a cochichar, olhando desconfiadas para todo aluno do segundo grau que passava. O coitado do Sam foi parar na sala do diretor porque usou uma bombinha para a asma e pensaram que ele era viciado. Não contei à Cilla da minha declaração para o jornal. Talvez algum dia ela leia o meu diário e perceba como eu sou genial

Domingo, 10 de março

Fim de semana chato. Não está passando nenhum filme bom, e estamos sofrendo uma invasão das amigas da Susie. Tentei assistir à TV sem parar, mas fiquei de saco cheio. Talvez eu experimente maconha, afinal.

Terça-feira, 12 de março

Há dois dias que dois homens vestindo jeans desbotados — que nem Starsky e Hutch — não saem da frente da escola. Eles pareciam dois maníacos sexuais, mas na verdade eram policiais do esquadrão de entorpecentes. Perdi a aula de biologia para ouvir a palestra deles. Fiquei em pânico, o que, aliás, devia ser a intenção deles.

Eles começaram dizendo que não existe um motivo específico para adolescentes tomarem drogas. Provavelmente vão oferecer para a gente algum dia. Pode ser numa festa ou num bar. E, geralmente, é alguém que a gente conhece. A maioria vai dizer não.

Mas vai ter gente que vai experimentar por curiosidade, por puro tédio, ou porque tem amigos que estão fazendo a mesma coisa. Outros vão aceitar porque gostam de se arriscar, ainda mais se souberem que os pais não vão gostar. Eles disseram que é normal querer experimentar coisas diferentes, mas é importante saber dos riscos. Afinal, as drogas são ilegais porque SÃO perigosas. Até a maconha é ilegal, e pode meter você numa encrenca com a polícia.

Aqui estão algumas informações que eles passaram para a gente. A polícia pode parar e revistar qualquer pessoa suspeita de estar carregando drogas. Na Inglaterra, no ano passado, 19.000 pessoas foram condenadas por posse de drogas, e 3.000 foram presas por venda. A pena máxima para quem vende heroína, cocaína ou ácido lisérgico (LSD) é a prisão perpétua, e para quem usa qualquer uma dessas drogas, quatorze anos. A pena máxima para quem vende maconha, haxixe ou anfetaminas é de dez anos, e para quem usa, cinco.

Com alguma sorte, Sapien Smith vai pegar dez anos de prisão (será que dá para fazer o vestibular na cadeia?).

Ai eles disseram pra gente os nomes de todas as drogas. A maconha, ou cannabis, também é chamada de erva, bagulho, baseado, fumo, preto, chocolate e marijuana; as anfetaminas, de bolinha, piti, arrebite e anfeta; a cocaína, de coca, pó, brilho, Branca de Neve, bright ou branco, além de uma forma altamente viciante, chamada crack; a heroína, de pico ou herô

Os policiais admitiram que um vício não puxa necessariamente o outro (ainda bem). Senão, eles já estariam se enchendo de heroína agora, porque não paravam de fumar. Resolvi que não vou me viciar nem em nicotina. Talvez eu consiga ganhar algum dinheiro com o papai se não fumar, que nem o pai do Sam prometeu para ele. Será que esse tipo de informação pode acabar fazendo com que alguém tenha vontade de experimentar alguma droga? Acho que não, ainda mais depois do que eles explicaram logo a seguir: o efeito negativo das drogas.

A maconha dilata a pupila, deixa a boca seca, atrapalha a fala, desorganiza os pensamentos, faz com que as sensações sejam lentas e abafadas, e às vezes dá muito enjôo (como aconteceu com o coitado do garoto para quem o Smith tentou empurrar o baseado). Se você usar maconha muito tempo, você pode ter perda de memória e a sua capacidade de aprendizado pode diminuir. Você pode ser preso, mesmo se fumar uma vez só.

As anfetaminas provocam excitação. perda de sono, tremores, tontura, suores frios, rubor de pele e ansiedade.

Os viciados em heroína são chamados de “mortos-vivos”. Eles costumam ter tremedeiras, câimbras, suores frios, pupilas contraídas, letargia, vômitos, problemas no fígado, doenças de pele, AIDS, e por aí vai.

Cheirar cola, ou algum tipo de solvente, às vezes pode causar infecções pulmonares e problemas no fígado e nos rins. As pessoas que cheiram cola ficam com marcas vermelhas em volta do nariz e em torno da boca. Mas o maior perigo é cair de um prédio, ser atropelado, ou se afogar enquanto você está sob o efeito da droga. Cheirar gás butano (o gás que é usado nos isqueiros) pode fazer com que você caia morto na mesma hora.

A cocaína pode causar depressão, feridas na parte de dentro do nariz e paranóia (tive que procurar esta palavra no dicionário. É quando você acha que todo mundo te odeia. Eu tenho esse problema o tempo todo. Só que eu não acho, eu tenho certeza).

Depois disso, na hora do almoço, eu tive que me sentar ao lado de um pudim de 100 quilos: o Gary Tripa-de-fome. Ele é realmente viciado — e não só em comida, como a gente veio a saber. Ele afrouxou o cinto e soltou a língua. Ele contou tudo, com metade da escola ouvindo:

— *A primeira vez que eu cheirei cola*— e outra salsicha gordurosa desapareceu entre as suas mandíbulas amarelas e fedorentas — *foi junto com outros caras num prédio de estacionamento perto do supermercado. Eu já cheirava gás há alguns meses e já estava acostumado a ficar tonto. Então continuei a cheirar até cair no chão.* — Não sei como é que o estacionamento não desabou. — *Quando eu estava cheirando, vi um monte de monstros e fantasmas saindo da parede. Vi também umas coisas me atacando. Quando você cheira cola pela primeira vez, podem acontecer três coisas: você pode cair morto, ficar muito feliz, ou muito deprimido. No meu caso, fiquei deprimido. Não consigo me lembrar do motivo, porque eu estava muito doido. Na hora em que eu já estava com vontade de me matar, consegui me acostumar, e comecei a achar gostoso. No início, eu fiquei muito preocupado. Mas depois de algum tempo, eu só ficava preocupado quando tinha dor de estômago, ou quando começava a cuspir sangue. A única coisa perigosa que aconteceu comigo foi quando eu estava no parque. Eu estava muito doido. Precisava de mais cola, então atravessei a rua correndo para ir comprar. Quase fui atropelado por um ônibus.* — O ônibus não sabe da sorte que teve.

Acabou que o Gary largou o vício. Ele agora acha que devia ter uma lei proibindo que vendessem cola para crianças. Então, eu falei que ele tinha passado da cola para comilança, e da comilança para a nojeira por causa de uma necessidade de ‘gratificação oral’. Tive que explicar que isso queria dizer que ele gostava de se empanturrar. Ele disse que já sabia disso, então para que falar tão complicado?

Quarta-feira, 13 de março

Não pára de chover. Starsky e Hutch sumiram, e obviamente as meninas pararam de ficar plantadas no portão da escola.

Sexta-feira, 15 de março

O humor da mamãe está do tipo “por que todo mundo está implicando comigo?” Ela saiu todas as noites da semana para fazer as suas “boas ações” pela vizinhança. O resto da família se reuniu num conselho de guerra para descobrir um jeito dela ir dormir — coisa que ela se recusa a fazer quando está muito cansada. Ela prefere se arrastar pelos cantos e ficar implicando com a gente. Até que o papai deu com ela dormindo na banheira, coberta com páginas ensopadas da revista Women’s Own. Ela tem péssimos hábitos de leitura, mas pelo menos não vai precisar tomar remédio para dormir hoje.

Capítulo 5

SERÁ QUE A SUSIE JÁ...

Sábado, 16 de março

Fiz uma grande descoberta hoje (tomara que ninguém leia ISSO!). A Susie saiu de manhã com a mamãe, para ir comprar roupa outra vez. Isso depois de passar horas resmungando que não agüentava mais ficar usando as roupas velhas da Sally. Agora ela só quer andar na moda, que nem as amigas. Eu estava procurando desesperadamente a minha única camiseta limpa, aquela em que está escrito “quero crescer feliz e contente, tire a Bomba da vida da gente”. Todas as minhas camisetas estão sujas. Para variar, esqueci de entregar para a mamãe lavar, então está tudo enfiado entre a minha cama e a parede do quarto. Fui achar a camisa na última gaveta da cômoda da Susie, JUNTO COM O DIÁRIO DELA! Eu não ia ler, mas ele caiu aberto bem na minha mão.

Terça-feira, 19 de fevereiro

Fui dormir na casa da Kate.

Quarta-feira, 20 de fevereiro

A Bovril não pára mais em casa. Parece que toda noite ela arranja um namorado novo. O papai já está de saco cheio do cheiro que eles deixam.

Que chatice! Não sei por que as meninas se dão ao trabalho de escrever um diário para ficar falando desse tipo de coisa.

Quinta-feira, 21 de fevereiro

A Kate disse que está a fim do Pete. Conteí para ela que ele limpa o nariz com o dedo quando toma banho.

Isso já é mais interessante.., mas a Kate? Ela nem tem peito ainda. E não é no banho que eu limpo o nariz.

Sexta-feira, 22 de fevereiro

Tomara que meus pais não estejam se separando. Eles tiveram uma baita briga hoje. A culpa foi do Pete. Ele ficou implicando comigo outra vez. A Sally disse que não vai acontecer nada, mas eu não sei.

Terça-feira, 26 de fevereiro

Tem um cara lá na escola, chamado Dave, que é muito nojento. Ele só usa calça boca-de-sino. Hoje, ele perguntou para a Kate se ela já tinha ficado menstruada. A Kate ficou toda vermelha. Ela disse que não, e que ele não tinha nada com isso. Depois ela me contou que já tinha ficado. Foi por isso que ela não foi nadar comigo na semana passada. Fiquei muito chateada por ela não ter me contado antes. Já tinha começado há dois meses. Foi quando ela estava na casa da avó. Ela foi dormir cedo porque estava com muita dor de barriga. Quando acordou de manhã, pensou que tivesse feito xixi na cama. Mas era só um pouquinho de sangue. Ela ficou morrendo de vergonha e não sabia o que fazer com o lençol. Mas a avó dela foi super legal. A Kate disse que a mãe dela já tinha tido uma conversa com ela sobre isso, e que ela estava torcendo para ficar menstruada logo. Mas agora que ela ficou, está se sentindo meio incomodada. Mesmo assim, ela está contente porque agora está entre as meninas que ficaram menstruadas esse ano. Aí fui EU que comecei a me sentir totalmente de fora. Bom, a avó dela comprou um pacote de modess. Não tinha nenhum em casa, porque ela já parou de menstruar há anos. Ela disse que quando era nova, ninguém explicou nada para ela. Naquela época chamavam menstruação de mal das mulheres", ou de "incômodo". Todo mundo achava isso sujo.

Quando as mulheres ficavam menstruadas, elas não podiam nem lavar o cabelo. A avó da Kate tinha que usar um cinto de elástico para prender uma toalha grossa no lugar. Ela tinha a impressão de que estava usando uma fralda. Ela sabe que agora as meninas têm a sorte de poder usar absorventes mais finos e confortáveis, aderentes à calcinha — a última moda em absorventes. A mãe da Kate também tinha falado dos tampões. Ela disse que a Kate podia usar sem problemas, ainda mais se quisesse ir nadar, mas a Kate ainda não sabia se ia querer experimentar.

Estou lendo um livro chamado “Você já menstruou?”. Foi a mãe da Kate que deu para ela. Ele é muito bom, e explica tudo o que acontece e porque, além de mostrar a opinião de um monte de gente sobre o assunto. Tudo de uma maneira simples. Acho que eu ia ficar sem graça de falar sobre menstruação com outra pessoa, mas acho legal ler sobre isso. Não sei como é que vai ser comigo, mas não estou com muito medo. Acho que é uma coisa que faz parte do nosso crescimento, só isso. É estranho pensar que algumas amigas minhas já podem ter filho. Acho muito esquisito.

Não consegui achar a minha meia cor-de-rosa nova.

Sexta-feira, 1 de março

Esqueci o dever de casa na escola. Vi um programa sobre bichos de estimação na TV que foi muito bom. Será que a Bovril vai ter filhotes algum dia? Não sei, ela mesma ainda parece um filhote.

Sábado, 2 de março

A mamãe não entende nada. Hoje cheguei em casa toda molhada. Ela me obrigou a tirar a roupa toda na cozinha — até a calcinha. Depois me fez correr pelada pela casa para ir tomar banho no andar de cima. Será que ela não percebe que só porque ELA não sente vergonha, isso não quer dizer que EU também não vou sentir? Pelo menos ela não me obrigou a tomar banho junto com a minha prima, a Daisy. Ela estava lá fora junto comigo e também ficou toda molhada. Quando a gente estava subindo a escada, a Daisy não parou de olhar para os dois calombos no meu peito. Eu não tenho muita vergonha por causa deles, mas não gosto que as pessoas me vejam sem roupa. O meu peito ainda está muito pequeno, e dói um pouco quando eu corro. Também está crescendo um pouco de pêlo em mim. A mamãe me sugeriu usar um sutiã, mas é óbvio que eu não ia ter nada para botar dentro dele. Tomara que os meus peitos nunca fiquem tão grandes quanto os da Sally. Quando ela fica só de camiseta, o Pete diz que ela é uma “vaca leiteira”. Fiquei

assustada quando o meu peito começou a aparecer. Na minha cabeça, eu ainda não tinha idade para isso. Mas agora já estou acostumada. É esquisito ver que não dá para voltar a ser criança.

Eu não sabia que começa a crescer peito nas meninas antes delas menstruarem. As minhas mudanças parecem bem menos complicadas. Que nem a da minha voz, por exemplo. A tia Pam ligou para cá outro dia e começou a descrever com detalhes a operação do tio Bob, pensando que eu era o papai. De qualquer maneira, o que eu falei dos peitos da Sally é verdade

Domingo, 3 de março

Li mais um pouquinho do “Você já menstruou?” Sempre que eu ia tentar falar com a mamãe sobre isso, o Pete aparecia. Mas a mamãe acabou percebendo, e quando a gente foi visitar o tio Bob no hospital, ela disse para o Pete ficar em casa e botar os deveres em dia.

No caminho, eu perguntei se ela achava que eu já ia ficar menstruada, porque o meu peito tinha crescido muito desde o Natal. No livro diz que a maioria das meninas começa a menstruar entre os nove e os 17 anos. Mamãe disse que algumas meninas ficam menstruadas logo depois dos seios aparecerem, e outras só anos depois. Mas os dois casos são normais. Ela me disse também que no início eu não devo ficar menstruada todo mês. Pode sair só um pouquinho de sangue, e depois parar por algum tempo. Quando a minha menstruação ficar mais regular, eu devo perder uns 70 mililitros de sangue por mês. Apesar da maioria das mulheres ficar menstruada todo mês, tem algumas que ficam de três em três semanas, ou de seis em seis. Além disso, a menstruação pode durar de um ou dois dias a uma semana. Mamãe disse que ia comprar um pacote de modess para mim, só para a gente já ficar prevenida

A gente chegou no hospital e deu as flores que tinha trazido para o tio Bob. O cheiro lá era horrível, que nem um banheiro cheio de desinfetante, O tio Bob me deixou completamente sem graça.

—Aposto que tem um monte de meninos correndo atrás de você. Agora você já está uma mocinha de verdade, não é?

Eu é que não ia contar para ELE que ainda não tinha ficado!

Segunda-feira, 4 de março

Arranjei um tempinho para ler hoje de tarde. Acho tão esquisito ter 200.000 ovinhos guardados nos meus ovários! O pior é que eu só vou soltar uns 400 ovinhos na minha vida inteira. Acho um tremendo desperdício. Uma vez por mês, o meu cérebro vai mandar liberar uns hormônios que vão dizer aos ovários para soltarem um óvulo. Se este óvulo não for fecundado por um espermatozóide (pelo amor de Deus, ainda vai demorar muito para acontecer isso comigo!), então ele sai pela minha vagina, junto com algumas células e o sangue da parede do útero. É que nem dar a descarga. A Kate diz que preferia ter um botão que a gente pudesse apertar e saísse tudo logo de uma vez, ao invés de ficar pingando um pouquinho a cada dia e fazendo a maior sujeira. Ela acha que o Sistema Nacional de Saúde devia distribuir tampões e modess de graça. Eu também acho super bem bolado o cérebro mandar mensagens hormonais diferentes quando você está grávida, para não ficar menstruada. Assim, a parede do útero fica esponjosa e pode segurar o óvulo fertilizado até ele crescer e virar um bebê.

Terça-feira, 5 de março

Tive muita dor de barriga hoje. Toda hora eu ia correndo para o banheiro, para ver se já tinha ficado. Além disso, eu estava sentindo uma umidade lá embaixo. Mas não era nada. Era só um negócio que o livro chama de 'corrimento vaginal normal'. Às vezes isso acontece antes de você ficar menstruada. Então é capaz de eu ficar daqui a pouco. Tomara! O meu medo agora é saber ONDE isso vai acontecer. Só espero que não seja quando eu estiver nadando.

Estou de saco cheio de usar roupa velha. O meu corpo fica completamente sem forma.

Quarta-feira, 6 de março

Acabou que a dor de barriga era só diarreia. Devo ter pego da Jane. Ela teve que faltar à escola por causa disso. O Pete me tratou com a delicadeza de sempre: — Argh! Não chega perto de mim com os seus germes nojentos. Você lavou a mão depois de ir no banheiro? Sabe, é por isso que essas coisas se espalham. — Como se eu não soubesse. A mamãe, em compensação, foi super legal. Disse para eu não comer nada, e tomar bastante água e Coca-cola, até o meu intestino ficar bom e conseguir segurar a comida de novo. Agora estou morrendo de fome. Perdi o drama que fizeram na escola com o negócio das drogas.

Quinta-feira, 7 de março

Mamãe está super nervosa. Vai ver é TPM, que nem explicam no livro. O Pete estava achando que TPM queria dizer Terror Pré -Menstrual. Ele não deixa de ter razão. Mas ele é tão metido a Sabe-Tudo que eu nem me dei ao trabalho de dizer para ele que estava errado.

Tenho certeza que é Terror Pré-Menstrual. A Susie é que deve estar errada. Vou olhar no dicionário. De qualquer maneira, aposto que a mamãe estava só com diarreia.

Sexta-feira, 8 de março

Não era TPM (acho que vou contar ao Pete que TPM quer dizer Tensão Pré-Menstrual). Era só diarreia. Ouvi a mamãe indo no banheiro a noite inteira. Tomara que ela esteja melhor amanhã para a gente ir fazer compras.

Sábado, 9 de março

Só deu para comprar um maiô vermelho e azul lindo. Mamãe está com pouco dinheiro esta semana. Detesto vestiário público. Parecia que todo mundo estava olhando para mim. Experimentei o maiô sem tirar a camisa. A mamãe ficou falando para eu parar de ser boba, que nós mulheres somos todas iguais. Mas de jeito nenhum! Por exemplo, os peitos da Liz são pequenos e de bicos grandes. O biquíni novo que ela comprou realça a pinta de egípcia que ela tem. Os meninos chamam a Liz de "pirâmide", e dizem que se ela fosse dormir num colchão d'água, ia ter que se deitar de costas para não furar a cama. Ela é muito alta e diz que preferia que a glândula pituitária dela fizesse uma forcinha para crescer um pouco para os lados, ao invés de só para cima. Segundo a Kate, ela não saía do portão da escola na época em que os policiais do esquadrão antidrogas estavam lá. Então os hormônios dela devem estar funcionando direito.

Domingo, 10 de março

O tio Bob já saiu do hospital, e meus pais foram fazer uma visita. Eu é que não agüentava mais os comentários sem graça dele. Entrei no quarto da Sally para experimentar um sutiã dela, mas ela estava lá. Ficou me provocando porque eu não tinha ficado menstruada ainda. Disse que antes de ficar menstruada pela primeira vez, ela tinha inveja de todas as amigas que já tinham ficado. A melhor amiga dela um dia puxou a Sally para um canto e contou como tinha sido. Até parece que era um grande segredo, ou uma coisa super excitante. Uma outra amiga dela tinha uma cólica menstrual fortíssima. Quando a Sally implicava com ela, essa amiga olhava para ela com pena, e dizia:

— Olha, quando você for uma mulher, você vai entender a dor que eu estou sentindo.

— Uma mulher! — a Sally disse. — Até parece! — Ela só tinha 13 anos!

Quando a Sally ficou menstruada pela primeira vez (a hora não podia ter sido mais adequada: foi logo depois da aula de biologia), ela ficou meio assustada e super emocionada. Ficou com vergonha de contar para as amigas. Quando pensava nisso, achava a idéia meio suja. Ela não teve muitos problemas no início: não tinha cólica, nem tensão pré-menstrual, nem nada. Só mais tarde é que ela começou a ter cólicas de vez em quando, e passou a tomar analgésico. Isso ajudou um pouco. Agora o médico receitou um outro remédio para ela, porque a cólica ficou mais forte e ela tem a sensação de estar inchada.

A Sally me ensinou a usar tampão. Achei ótimo, porque eu não tinha a mínima idéia de como se coloca. Ela disse que no início achava o tampão muito complicado. Não colocava muito fundo, porque achava que ele ia se perder lá dentro. Depois ela descobriu que existiam dois tipos de tampão. Tem uns que vêm com aplicador — são uns tubos de papelão branco e brilhante que ficam enrolados em volta do absorvente. Estes são fáceis de colocar. Depois você puxa o tubo de papelão, e o tampão fica encaixado no lugar certo na vagina. Os outros vêm sem aplicador. Você tem que empurrar até eles ficarem numa posição confortável. Os dois tipos de tampão vêm com um desenho que ensina como usar. Eles também vêm com um cordão preso na ponta, para puxar para fora depois.

Eu já estava acabando de ler, quando a porta da frente bateu. Ouvi a mamãe subindo a escada. Ela gritou: “Peter”. Guardei o diário correndo, roxo de vergonha. Fui para o banheiro limpar o nariz com o dedo.

Capítulo 6

TAMBÉM SOFRO MINHAS MUDANÇAS, MAS ELAS ACONTECEM MAIS DEVAGAR

Domingo, 17 de março

Tenho que tomar cuidado com o que eu digo na frente da Susie — senão ela vai ficar desconfiada. Ainda bem que eu não fico menstruado. Mesmo assim, eu queria que a minha mudança de voz acontecesse do mesmo jeito, da noite para o dia. Há meses que quando abro a boca eu não sei se o que vai sair é uma buzina de nevoeiro ou um guincho. As minhas mudanças devem ser bem fáceis de se perceber, porque o papai vive tentando puxar o assunto da puberdade e dos “fatos da vida”. Ele é que deve ter deixado o livro sobre sexo e puberdade no meu quarto. Hoje de manhã ele veio com um papo de

“passarinho e abelhinha”. Eu contei para ele que já sabia como essas coisas aconteciam, só para dar um empurrãozinho. Eu já estava ficando tão envergonhado quanto ele. Na mesma hora, ele ficou aliviado e saiu correndo para a garagem. Às vezes eu realmente tenho pena do meu pai. Será que é a minha mãe que está por trás dessa súbita preocupação com o sexo? Pensei que as mudanças da Susie já fossem o bastante para ela se preocupar. Não sei por que os adultos ficam falando disso o tempo todo. Acho que os meus pais são obcecados por sexo.

Segunda-feira, 18 de março

Hoje à noite, tive que ir visitar o tio Bob com o papai. Acho que ele está sobrevivendo bem à operação. Consegui fingir que não sabia por que a mamãe e a Susie não queriam que eu fosse da última vez. Foi para ter uma conversa de mulher. Acho que papai está me cercando pelo mesmo motivo. O tio Bob também tem uma mente muito estreita. A primeira coisa que ele perguntou foi: —já arranhou uma namorada? —Ele prometeu me dar um barbeador elétrico de aniversário. Preferia que ele me desse dinheiro. Mas realmente vou ter que raspar essa coisa que o papai tem a coragem de chamar de ‘meu bigode’. Também já estão aparecendo pelos debaixo do braço, além de outros lugares. Mas eu não esquento com isso. É só botar uma camisa de manga comprida, e pronto. O problema é que eu ainda sou muito baixo. Ainda não tive coragem de falar com ninguém sobre isso. Só falei com os meus amigos, de brincadeira. A coisa descamba para a baixaria às vezes. Uma vez o James disse que o Randy Jo estava achando que tinha nascido um pêlo pubiano nele. Só depois é que foi perceber que era o pau dele. Acho que todos nós estamos passando pela mesma coisa juntos. Na maior parte do tempo, a gente prefere simplesmente ignorar o que está acontecendo, por que tem vergonha de falar no assunto. Mas acho que estar “dentro” de mim mesmo faz com que eu veja as minhas mudanças de um jeito completamente diferente do que eu vejo as dos meus amigos.

Quinta-feira, 28 de março

Estou de saco cheio. Tentei pegar o diário da Susie outra vez. Não está mais no mesmo lugar. Será que ela descobriu tudo? Se eu conheço a minha irmã, ela deve ter tentado descobrir as impressões digitais diário.

Sexta 29 de março

Me pegaram! Depois da escola, a Susie desapareceu. No jantar, ela olhou para a gente de um jeito esquisito e anunciou que tinha comprado um diário com cadeado. Mamãe se ofereceu para tomar conta da chave de reserva e ficou toda vermelha de repente

Sábado, 30 de março

Passei a esconder o MEU diário debaixo do colchão.

Terça-feira, 9 de abril

Passei a Páscoa no País de Gales com a família do Sam. Esqueci de levar o diário, porque ele estava debaixo do colchão.

Segunda-feira, 15 de abril

De volta às aulas. Parece que o mundo inteiro ficou obcecado por sexo de repente. Só que na escola chamam isso de “Mudanças Vitais”, “Orientação Pessoal” ou “Reprodução Humana”. Tive uma aula sobre os fatos físicos da vida do tipo “não quero nenhuma brincadeira enquanto desenho isso no quadro”.

A puberdade começa entre os dez e os 13 anos nos meninos, e termina no máximo aos 18. Então eu ainda tenho tempo para crescer mais um pouquinho. Ainda sou mais baixo do que a maioria dos meus amigos. Até as meninas são mais altas do que eu. Mas parece que elas começam a mudar uns dois anos antes da gente.

Nos meninos, a primeira coisa que acontece é que os testículos começam a crescer, e em três anos ficam com um tamanho sete vezes maior. Aí começam a nascer os pêlos pubianos, além de aparecerem pêlos debaixo do braço e, em alguns casos, no peito. Tomara que eu não fique de peito cabeluda. Se isso acontecer, não vai dar para fazer nada (será que alguém raspa o peito?). Depois é a nossa altura que dispara. Já está na hora de acontecer isso comigo. A gente ganha um quarto da nossa altura final nesse período. Finalmente, o pênis aumenta de tamanho. Todas essas coisas acontecem em épocas diferentes, dependendo do menino. Elas têm uma duração variável e não acontecem sempre na mesma ordem. Por um lado, todo mundo fica igual depois da puberdade. Por outro, todo mundo fica diferente, porque o nosso corpo, a nossa altura e a nossa aparência não são iguais.

Também tem um monte de mudanças diferentes acontecendo ao mesmo tempo. A gente vai ficando com os músculos maiores e mais pesados, os ombros mais largos e a voz mais grossa. Isso acontece porque as cordas vocais também ficam maiores. Do mesmo

jeito que as mudanças da Susie, essas coisas que acontecem com os meninos são controladas por substâncias químicas, chamadas hormônios, que são produzidas no cérebro.

Quando você bota um desenho no quadro-negro descrevendo uma ereção e os órgãos reprodutores masculinos, a coisa toda parece irreal, que nem uma bomba pneumática. Existem uns músculos que impedem a saída do sangue do pênis, mas deixam que ele continue entrando. O pênis vai se enchendo de sangue e fica mais grosso e mais comprido — que nem um balão cheio de ar.

Também ensinaram para a gente que o espermatozóide tem uma vida curta e frágil. Não é de se espantar que os testículos tenham que crescer sete vezes de tamanho. Quando a gente transa ou se masturba, saem cerca de 100.000.000 de espermatozoides em cada 3 mililitros de fluido, apesar de só um fertilizar o óvulo. Acho isso um desperdício enorme. É engraçado, mas acho difícil acreditar que tudo isso está acontecendo no meu próprio corpo. O Prof. Rogers, que sempre será lembrado pelas suas aulas de “Orientação Pessoal”, disse que isso era apenas o lado físico da coisa. Ele prometeu que na semana que vem a gente vai ter uma conversa sobre os “sentimentos”, sobre o sexo e o amor.

Quinta-feira, 18 de abril

Se o lanche da escola for aquele hambúrguer com batata frita gorduroso outra vez, eu vou ficar maluco (ou então vou pedir para a minha mãe fazer um sanduíche para eu levar). A obsessão sexual continua. Fiz o maior sucesso quando mostrei o livro do papai no colégio. Todo mundo fingiu que não estava interessado, mas foi olhar a parte que falava do “Tamanho Normal do Pênis”. Era isso o que estava escrito lá.

A maioria dos meninos e dos homens acha que o seu pênis é pequeno demais, e às vezes é difícil convencê-los do contrário. Um médico americano, então, decidiu utilizar uma régua para medir o comprimento do pênis não ereto de meninos e homens de várias idades.

FAIXA DE TAMANHO DO PÊNIS

04 a 08 cm

05 a 10 cm

06 a 14 cm

10 a 15 cm

11 a 17 cm

Descobriu-se, no entanto, que apesar de alguns homens e meninos possuírem um pênis pequeno antes da ereção, todos os pênis apresentam aproximadamente o mesmo tamanho quando eretos.

O meu sai de um ponto de partida de 11,2 cm quando está mole e atinge os 15,4 cm da posição ereta em 30 segundos... É óbvio que ele não atingiu a aceleração e o tamanho máximos ainda. Como será que eu vou fazer para ganhar uma medalha olímpica?

Segunda-feira, 22 de abril

Senti um pouco de dor de garganta. Tentei parecer o mais doente possível e fui contar pra minha mãe. Ela me dedicou a atenção de costume, que consiste em tirar a minha temperatura, descobrir que ela está normal, me dar um analgésico e me mandar para o colégio. Vomitei na sala inteira durante a aula, então me mandaram de volta para casa. Tomara que a mamãe se sinta bastante culpada.

Terça-feira, 23 de abril

Agora ela se convenceu de que eu estou EXTREMAMENTE doente. Mesmo assim, não quis chamar o médico. Disse que era só uma virose, e que eu ia ficar bom rapidinho. Passei o dia inteiro na cama. Foi um saco. De noite eu já estava melhor, mas não me deixaram sair. Acho que estão nascendo umas espinhas no meu nariz. A Bovril teve filhotes embaixo da minha cama, no meio da roupa suja. A Susie ficou irada porque não viu eles nascendo.

Quarta-feira, 24 de abril

De volta à escola. A conversa sobre “Sentimentos” acabou sendo só um filme chamado Relações pessoais. Um exemplo típico da visão que os adultos têm sobre aquilo que eles acham que a gente está pensando. Mesmo assim algumas coisas estavam certas. Ele tentava mostrar que na nossa idade a gente tem a tendência de

— perder o interesse pelas coisas que os nossos pais organizam para a gente, e não aceitar conselhos e críticas (que nem a Susie).

— ficar preocupado com a nossa aparência, apesar da gente se sentir insegura em relação a ela. A gente fica o tempo todo querendo saber se os outros acham a gente bonito (isso se aplica a mim).

— ficar completamente de saco cheio às vezes e achar que ninguém quer saber da gente. A gente também tem a impressão que não tem nada para fazer, enquanto todo mundo está se divertindo de montão (ah, como isso é verdade...).

— se sentir de bem com o mundo num dia, e completamente perdido no outro.

— ficar imaginando se algum dia a gente vai encontrar um namorado ou namorada de verdade (que nem Cilla e eu)

- pensar que é diferente de todo mundo, ao mesmo tempo que tenta desesperadamente ser igual.

— querer saber se a gente tem um desejo sexual normal (às vezes a gente acha que ele é forte demais, ou fraco demais. A gente fica com medo de que se masturbar ou ter sonhos eróticos não seja normal. A gente também não sabe se é bom se preocupar com o tamanho do pênis ou do peito, e com a hora que vai ter a primeira menstruação).

Na hora do debate, depois do filme, eu disse que achava que a gente não estava TÃO interessado em si mesmo. A impressão que eu tinha é que os adultos estavam mais interessados do que a gente. Pelas perguntas que os meus colegas fizeram, era óbvio que tinha gente que nem sabia o que era poluição noturna. O Prof. Rogers disse que o interesse que as pessoas têm pelo sexo nunca é igual. Tem gente que pensa muito em sexo, enquanto outras pessoas nem pensam no assunto. Os dois casos são perfeitamente normais. Depois ele explicou que “poluição noturna” é quando você tem um sonho erótico e ejacula, ou “goza”, enquanto está dormindo. Chamam isso de poluição noturna porque você “suja” a cama com o seu esperma. Segundo ele, muitos meninos e meninas acham a masturbação “uma jeito inofensivo e muito prazeroso de aliviar a tensão sexual”. Se você se masturba, toca uma punheta, uma bronha, ou sei lá o nome que você dá para isso, não quer dizer que você é tarado. Se você não faz nada, isso também não quer dizer que você é assexuado.

O bom é que o Prof. Rogers não tem vergonha de falar dessas coisas. É impressionante pensar que TODO MUNDO que a gente vê é o resultado de duas pessoas transando e de um óvulo fecundado por um espermatozóide. Vi todo mundo da escola com outros olhos depois disso. Será que a minha mãe e meu pai ainda transam? Não sei se eu gosto muito dessa idéia.

Quinta-feira, 25 de abril

Fui pego pela mamãe outra vez. Depois do acidente de bicicleta, ela comprou um sapato de couro bem babaca para eu usar na escola, ao invés do meu tênis branco, que já está se desintegrando. Só que eu estava passando a perna nela. Todo dia eu trocava de sapato na garagem na hora de ir para o colégio. Quando voltei da escola hoje e fui botar o sapato que ela me deu, encontrei um bilhete dentro dele:

“Se você não usar esse sapato, vai ficar sem mesada. Assinado: sua mãe”, Ainda bem que eu tenho certeza que ela vai esquecer. Com um pouco de sorte, eu vou poder usar o meu tênis velho e continuar com a minha mesada. A mamãe é muito otária às vezes.

Sexta-feira, 26 de abril

Eu tinha razão: a mamãe já esqueceu. Fui de bicicleta para a escola usando o meu tênis velho. Resolvi convidar a Cilla para ir ao cinema domingo.

Sábado, 27 de abril

A Cilla já combinou de sair com o Randy Jo. Estou me sentindo um completo fracasso

Capítulo 7

APRENDENDO A CONVIVER COM AS MINHAS ESPINHAS

Terça-feira, 30 de abril

O fim de semana foi ficando cada vez pior. As espinhas ficaram gigantescas. Sempre que eu olhava no espelho, tinha aparecido mais uma. A minha pele está toda gordurosa. Tem um monte de carocinhos em volta do meu nariz. É nojento. Meu pai foi legal, mas não ajudou muito

— Ah, isso é só acne — ele disse. — Todo mundo fica assim na sua idade.

Só! Grande consolo para alguém que está com a cara igual às crateras da Lua. Ele disse que as espinhas iam sumir num instante. Só que elas não foram embora ainda. Pelo contrário, pioraram. Tentei espremer. Consegui tirar um líquido esquisito de dentro delas, mas elas acabaram inflamando. Tem umas de cabeça preta e outras de cabeça branca. Vai ver eu não estou me lavando direito.

Quarta-feira, 1º de maio

Um dia negro na escola. O comentário da Cilla foi o seguinte:

—Argh, o que é que você fez com a sua cara?

Pensei que fosse óbvio. Ela usa tanta maquiagem, que eu ia precisar de uma pá para descobrir o que está acontecendo na pele dela. Então chamei a Cilla de “cara de panqueca”. Isso não melhorou muito o nosso relacionamento. Como se algum dia a gente tivesse tido algum tipo de relacionamento.

Quinta-feira, 2 de maio

Elas estão se espalhando. O Slogs fez a gentileza de chamar a minha atenção para este fato depois da aula de Educação Física. Ele disse que as minhas costas estavam parecendo uma pizza. Fui olhar no espelho. Ele tinha razão. Onde será que elas vão parar?

Sexta-feira, 3 de maio

Mãe é mãe. Já estava achando que ela não tinha notado. Mas não. Ela deixou uma pomada no meu quarto depois do lanche, junto com um artigo retirado de um jornal velho. O título do artigo era “Um problema espinhoso”. Acho que as coisas que ele dizia faziam sentido

“A acne é muito comum nos adolescentes por causa do aumento da produção de hormônios que acontece na puberdade. Ela costuma ser mais forte nos meninos (que sorte a minha) e afeta principalmente o rosto e os ombros, pois essas regiões são as que apresentam a maior quantidade de folículos pilosos. Há muitas idéias equivocadas a respeito do que causa a acne. Comer açúcar e frituras, por exemplo, não causa acne, nem se masturbar (Que alívio. Estava começando a achar que era por isso que eu e a maioria dos meus amigos estávamos cheios de espinha). As pessoas também não têm acne porque não se lavam direito, apesar do contato com o óleo (se você trabalha com máquinas, por exemplo) poder piorar as erupções. Lavar o rosto duas vezes por dia com água e sabão pode ajudar na maioria dos casos, principalmente se você utilizar um sabão medicinal contendo antisséptico. Esse tipo de sabão, no entanto, só é útil nos casos mais leves, e é preciso usá-lo durante várias semanas. Alguns tipos de xampu, base de maquiagem, creme umidificador e condicionador de cabelo podem piorar a acne — principalmente se forem pesados ou muito oleosos (vou passar algumas dessas informações para a Cilla. Por outro lado, a maquiagem para o olho, o batom, o pó-de-arroz, o blush e a água-de-colônia não causam maiores problemas. Uma coisa que você pode fazer para melhorar a acne é tomar bastante sol. O sol faz bem para as espinhas.

Ele reduz o número de bactérias na epiderme, solta as cabeças pretas, reduz a produção de sebo e faz com que a pele descasque (Argh!), eliminando a camada afetada..."

Ainda não entendi direito por que estou cheio de espinhas, nem o que é "sebo", mas deve ser uma coisa muito ruim.

Sábado, 4 de maio

A tia Pam vem aqui amanhã! Horror. Talvez ela resolva não me dar um beijo por causa das espinhas. Essa é a única vantagem que me ocorreu até agora. Passei a pomada pela segunda vez hoje. Estou espantando de não ter melhorado nada ainda.

A minha mãe e meu pai saíram durante uma hora, e me deixaram "tomando conta" da Susie. Ela não gosta muito dessa expressão. Eu disse para ela que estava muito certo, já que ela ainda passa a maior parte do tempo fazendo vestidos para a Barbie. Daqui a pouco ela vai estar igual a uma bonecas dessas. Tentei convencer meus pais a me pagar. Eles se recusaram. Disseram que não me obrigavam a pagar pela minha comida. Então eu sugeri que podia ir comer no MacDonald's.

Domingo, 5 de maio

A tia Pam veio e me deu o beijo de Drácula, apesar de eu estar coberto de espinhas. Tomara que elas SEJAM contagiosas.

Onde será que eu posso descobrir mais coisas sobre a acne? Posso tentar no dicionário da biblioteca de novo. Será que existe alguma cura milagrosa?

Segunda-feira, 6 de maio

O dicionário não ajudou muito. Só dizia que era uma "erupção da pele com espinhas vermelhas". Parece até que a minha cara é um vulcão. Estou desesperado com a pomada que eu estou usando. Estou achando uma baita perda de tempo, mas o artigo dizia que era melhor experimentar pomadas e loções diferentes, até encontrar alguma que funcionasse com o meu tipo de pele. Mamãe comprou uma loção nova para mim. Ela disse que era mais barata, mas o farmacêutico garantiu que não tinha nenhuma relação entre o preço e a eficiência do remédio.

Fui correndo para o banheiro experimentar a loção. A festa da escola é daqui a duas semanas, e eu estou ficando desesperado. Já morro de vergonha de chamar uma menina para dançar. Cheio de espinha, então.. Ardeu um pouquinho quando botei, então fui ler a

bula para ver se estava fazendo tudo certo. Ela vinha junto com um panfleto que explicava a maioria das coisas que eu queria saber.

Parece que 70% da população adolescente tem acne em algum momento de sua vida. Não é nenhuma doença. Faz parte do processo de crescimento.

Geralmente ela some entre os 16 e 25 anos. Você pode ter acne em qualquer lugar onde haja pêlos (EM QUALQUER LUGAR? Tomara que não), pois ela começa nos folículos pilosos. Mas as áreas mais afetadas são o rosto, as costas, os ombros e o peito (que alívio).

A acne não é contagiosa. Isso acaba com os meus planos de vingança contra a tia Pam. Em compensação, posso continuar a ter as minhas fantasias de beijar uma menina.

O 'sebo' é uma substância secretada pelas glândulas sebáceas, que ficam perto dos folículos pilosos. Parece que uma quantidade normal de sebo ajuda a lubrificar a pele e protege contra a umidade, as bactérias e outras coisas. O problema é que uma quantidade muito grande dá à pele esse aspecto gorduroso que eu acho nojento.

Algumas meninas pioram da acne quando ficam menstruadas (pelo menos eu não tenho este problema).

Quando a gente está com acne, é melhor usar um barbeador elétrico, do que fazer a barba com gilete (será que o papai vai me deixar usar o dele quando eu precisar?).

Usar um sabão antisséptico também ajuda (tenho que pedir para a mamãe comprar um para mim).

É melhor não espremer as espinhas, senão elas podem infeccionar e acabar se multiplicando. Mas se você não consegue parar de mexer nelas (e quem consegue?), não esqueça de lavar as mãos e de só espremer as que estão com a cabecinha preta. O panfleto até explicava por que as cabecinhas pretas são pretas. Não tem nada a ver com sujeira: é por causa do pigmento da pele.

No final dizia: "Os tipos mais brandos de acne costumam desaparecer sem nenhum tipo de tratamento, ou somem depois de se aplicar uma pomada ou loção. Se isso não acontecer, é melhor consultar o seu médico. Ele pode receitar outros tipos de tratamento."

Enquanto lia isso, eu ia olhando para o espelho, para ver se as espinhas já estavam sumindo. Foi aí que eu reparei que o panfleto dizia que às vezes a loção leva vários dias para fazer efeito. Fui dormir.

Quarta-feira, 22 de maio

Até a Susie reparou que as minhas espinhas já estão um pouco melhor. Ainda bem. A festa da escola é hoje à noite. Acho que nem me lembro mais de como é a minha cara sem espinha. É capaz dos meus amigos nem me reconhecerem se elas sumirem de repente. Vou continuar a usar o sabão mesmo que isso aconteça. Reparei hoje que até o Randy Jo está com algumas espinhas. Mas parece que nem isso está espantando as meninas. Vai ver é porque elas também estão cheias de acne.

Fui na festa. Acabou que estava tão escuro, que eu não precisava me preocupar com as espinhas. Dancei uma vez com a Cilla mas não aconteceu nada.

Capítulo 8

A VIDA SEXUAL DA SALLY ENTRA PELO CANO

Quinta-feira, 23 de maio

Não consegui dormir na noite passada, apesar de estar muito cansado. Estava super aceso por causa da Cilla. Tenho tido muita insônia ultimamente. É um saco. Parece que vem em série: fico várias noites seguidas sem dormir. Não consigo relaxar porque sei que não vou conseguir dormir direito e vou ficar de mau humor e completa mente inútil no dia seguinte. Tento relaxar, contar carneirinho e reler os meus livros antigos (os novos, tem o mesmo efeito que a Cilla. Eu fico aceso, querendo saber o que vai acontecer). Começo a achar que nunca mais vou conseguir dormir e aí acabo não conseguindo mesmo. Minha mãe diz que eu devia fazer mais exercício. Li em algum lugar que transar equivale a correr 1,5 km, mas duvido que as tentativas que eu tenho feito até agora gastem a mesma quantidade de energia.

Resolvi tomar um leite morno. já era meia-noite. Todo mundo devia estar dormindo. Estava quase entrando na cozinha, quando ouvi a mamãe e a Sally conversando lá dentro. A Sally estava chorando. Ela estava dizendo que achava que podia estar grávida. Não consegui acreditar no que estava ouvindo. A minha própria irmã já tinha transado! Quando fui ver, a minha orelha estava colada na porta, e não queria sair de jeito nenhum.

MAMÃE: — Pronto, toma um lenço. Pelo amor de Deus, você não estava usando nada? Nem depois de toda aquela conversa que a gente teve?

SALLY: — Como é que eu ia saber que ia acontecer alguma coisa? A gente estava numa festa e estava meio alto. Só aconteceu uma vez. Eu não ia ficar tomando pílula esse

tempo todo só porque isso podia acontecer algum dia. Além disso, se eu estivesse tomando pílula, era capaz do Mike achar que eu era fácil demais.

MAMÃE: — Por que você não pediu para ele usar alguma coisa, então? A responsabilidade também é dele, afinal

SALLY: — Eu não podia parar no meio do caminho e pedir isso para ele.

MAMÃE: — Não só podia, como devia. Só que agora já é tarde.

SALLY: — O que é que a gente vai fazer agora? Não conta nada pro papai, por favor. Eu sou uma burra, mesmo.

MAMÃE: — A melhor coisa que a gente tem a fazer é ir ao médico amanhã. Aí a gente...

Foi então que eu desisti do meu leite morno e voltei para o quarto, mais insone do que nunca. Mas a minha insônia é fichinha perto do problema da Sal.

Capítulo 9

QUANDO OS ALÉRGENOS E OS ANTICORPOS SE ENCONTRAM

Segunda-feira, 27 de maio

A Susie está um nojo. Não pára de fungar. Parece um porco com indigestão. Eu disse que ia tomar meu café na outra sala, porque não estava agüentando mais. Então a Susie começou a gritar e chorar sem parar. A mamãe fez uma cara feia para mim por causa da minha falta de consideração. Ninguém achou a menor graça quando eu disse que era a mesma coisa que sentar do lado de um aspirador com defeito. Eu não conseguia parar de pensar naquele catarro verde nojento escorrendo pela garganta da Susie

Quarta-feira, 29 de maio

A Susie continua fungando. Tomara que eu não pegue esse resfriado dela. A Bovril já mandou os filhotes se virarem e está de farra com os gatos da vizinhança outra vez. A Sally, afinal, não está grávida e terminou com o Mike. É uma decisão oficial (eu ouvi atrás da porta da cozinha).

Quinta-feira 30 de maio

Agora não consigo dormir porque a Susie passa a noite inteira espirrando, roncando e fungando. Não tem mais papel higiênico no banheiro, e é óbvio porquê. O quarto da Susie

e o resto da casa estão afundando num mar de lenços de papel usados. Mas o pior é quando ela funga. A Sally aposta que não é um resfriado. Ela diz que é febre do feno, que nem ela tem às vezes. Seja lá o que for, tomara que eu não pegue.

Sábado, 1º de junho

Um dia de sol lindo, O Sam conseguiu me convencer a entrar numa quadra de tênis. Ele disse que ia fazer bem para a minha saúde. Mesmo assim, eu fui meio relutante. A Susie anda se arrastando pela casa de olhos vermelhos, como se tivesse chorado a noite inteira. Diz que está com uma dor de cabeça horrível. Perdi para o Sam, é claro. Tomei o meu banho semanal (sob a ameaça da mamãe de cortar a minha mesada) escutando rádio. Estava passando um programa em que as pessoas ligavam para perguntar sobre alergia. A Sally tem razão: é isso mesmo o que a Susie tem. Está havendo uma verdadeira epidemia disso agora. A quantidade de pólen no ar está muito grande por causa do tempo. O pólen é formado pelas sementes que as árvores e a grama soltam durante a primavera e o verão, principalmente num dia de sol quente depois da chuva. O catarro, os espirros e a coceira nos olhos são a maneira que o corpo encontra para se livrar do pólen.

Comecei a ficar curioso. Por que será que não estava acontecendo a mesma coisa comigo? Pulei para fora da banheira e me enrolei numa toalha para garantir um mínimo de decência (EU é que não ia deixar ninguém me ver pelado, apesar do resto da família ficar desfilando por aí como veio ao mundo). Fui até o telefone do andar de baixo, deixando uma trilha de pegadas molhadas atrás de mim. Estava com o coração na boca de tão nervoso. Mas eu precisava descobrir de qualquer jeito. De repente eu estava no ar. Fiquei torcendo para pelo menos um amigo meu estar ouvindo a minha estréia no rádio, para ele divulgar o fato na escola segunda-feira.

— A febre do feno é contagiosa? — perguntei. — Por que eu não tenho isso?

A Madame Doutora Eficiente do outro lado da linha começou a falar no mais caprichado tom de voz de médico tolerante: — Que pergunta interessante. Você poderia nos dizer o seu nome e a sua idade?

— Meu nome é Sam e eu tenho 18 anos — menti. Tinha perdido a coragem. Ouvi a gargalhada explosiva da Susie, que tinha aparecido de repente no intervalo entre dois espirros.

— Bom, Sam, a febre do feno é uma espécie de alergia. Ou seja, ela aparece quando o seu corpo fica muito sensível a determinadas substâncias. Essas substâncias, como por exemplo o pólen, são chamadas alérgenos. Quando elas entram no seu corpo, algumas células brancas que se encontram no sangue produzem substâncias químicas complexas, chamadas anticorpos, para se livrar delas. Quando os alérgenos e os anticorpos se encontram, provocam uma reação química que libera uma substância chamada histamina. E isso que faz com que as pessoas que sofrem de febre do feno fiquem espirrando sem parar e com os olhos lacrimejando. Ninguém sabe por que algumas pessoas possuem uma sensibilidade especial para substâncias como o pólen. Geralmente, é bom ter esses anticorpos. São eles que ajudam a combater as bactérias que causam muitas doenças. — É exatamente isso o que a minha professora de ciências vive dizendo.

— Cerca de uma em cada dez pessoas sofrem de febre do feno. Apesar de ser muito comum nos membros da mesma família, ela não é contagiosa. Algumas pessoas simplesmente nascem com uma tendência para ter alergia. — Eu não podia perder esta oportunidade. Perguntei a ela o que a gente podia fazer para o nariz da minha irmã parar de

escorrer. Será que ela podia botar duas rolhas no nariz? A Susie me deu um chute na canela, enquanto a voz do outro lado da linha dizia: — Bom, Sam, essa é uma outra boa pergunta (D. Smellie tinha muito o que aprender com ela). Há várias coisas que se pode fazer. Ela pode tomar um remédio, por exemplo. Alguns desses medicamentos são chamados de “anti-histamínicos”. Eles interrompem a liberação de histamina. O problema é que eles podem dar muito sono, então nem sempre é bom tomá-los, principalmente se você está em época de provas. É uma pena as provas caírem na mesma época do ano que a febre do feno. Se sua irmã está em período de provas, é melhor ela consultar o médico da família e seguir o tratamento que ele prescrever. Se a alergia dela for muito forte, o médico pode até passar um atestado para ela apresentar à professora. — Ela também disse que não se pode usar isso como desculpa para tirar notas baixas, a não ser que a febre do feno seja muito forte. Aí eu resolvi que estava a fim de ouvir a MINHA voz outra vez.

— Mas e o nariz da minha irmã? Esse é que é o problema.

— Bom — ela disse —, existem alguns remédios especiais que o médico da sua irmã pode receitar para ela botar no nariz.

Eu ia fazer uma pergunta sobre os outros hábitos nojentos da Susie, mas o apresentador do rádio me interrompeu: — *Bom, muito obrigado pela sua participação, Sam. A nossa próxima pergunta será feita pela Sra. Snodgrass...* — Com um nome desses, ela merecia mesmo ter febre do feno. A pergunta dela era sobre outros tipos de tratamento, diferentes daquele oferecido pelos médicos. Parece que já tentaram de tudo contra a febre do feno. Você pode escolher entre a hipnose, a acupuntura e a homeopatia, entre outras coisas. No final do programa, disseram que a gente podia escrever pedindo uns folhetos sobre a febre do feno. Eu disse à Susie que ia pedir um para ela. Ela não quis acre ditar. Não é sempre que eu tenho tanta dedicação pela minha irmã.

Domingo, 2 de junho

A gente foi fazer um piquenique no parque, junto com outras cinco milhões de pessoas que não têm nada melhor para fazer com o seu domingo. Vi uns adultos bancando os crianças, brincando com barquinhos de controle remoto. Réplicas tão perfeitas, que tem gente que diz que são melhores do que os barcos de verdade. Exibidos! Podia ter sido um piquenique perfeito, mas a Susie estragou tudo com o mal-estar dela. No caminho de volta, a gente chegou à conclusão de que só podia ser febre do feno mesmo. Mamãe resolveu levar a Susie ao médico segunda-feira de manhã. Consegui ficar vendo televisão até tarde sem ninguém reparar. Todo mundo estava ocupado demais paparicando a Susie.

Segunda-feira, 3 de junho

A Sally não está tendo aula essa semana. Ela ficou encarregada de tomar conta da gente enquanto meus pais vão trabalhar. Não é justo. Quando a Sally fica “tomando conta” da gente, ela recebe uma grana. Ao invés de exibir a personalidade autoritária de sempre, dessa vez ela foi bem legal. Ela também tinha uma alergia muito forte e mostrou à Susie como se usa o remédio do nariz que o médico receitou. É um negócio que você pinga no nariz, e faz com que o pólen pare de incomodar. Só que não faz efeito na mesma hora. A Sally também tem que usar remédio para o nariz e tomar uns comprimidos todo verão. Ela não gosta de usar o remédio do nariz, porque é frio e dá coceira, mas se ela toma os remédios regularmente, a febre do feno vai embora. A alergia dela piorou de novo no ano passado, porque ela ficava passeando pelo campo na garupa da moto do Mike. Ela fingiu que não escutou quando eu perguntei o que eles tanto faziam no campo. Simplesmente continuou explicando que quando esses remédios não fazem efeito, existem outras coisas que você pode experimentar. Para não ficar fora da conversa e para mostrar que também

tinha um certo know-how sobre a febre do feno, comecei a contar para a Sally do programa de rádio. Mas ela não ficou muito interessada. Pelo menos até eu dizer que ela tinha sorte de ainda não ter uma moto, porque se você espirra quando está correndo numa velocidade de 100 km/h, os seus olhos ficam fechados durante meio segundo, e você anda 28 metros sem enxergar nada.

Terça-feira, 4 de junho

Estou com pena da Susie. Estão implicando com ela na escola. A professora dela achou que era só fingimento, e não deixou que ela mudasse de lugar quando pediu para sentar longe da janela para não ficar perto do pólen. Uma amiga chamou a Susie de ‘bebê chorona’ quando viu que ela estava com os olhos vermelhos. A Susie explicou que era só alergia, mas a amiga respondeu:

— É o que todo mundo diz.

Para terminar, ela ficou em 4º lugar na corrida dos 400 metros. Ela estava se sentindo péssima, com o nariz escorrendo e os olhos cheios de água. O pior é que ela sempre foi CAMPEÃ nessa corrida.

Sexta-feira, 7 de junho

O papel higiênico do banheiro apareceu outra vez e a taxa de fungação caiu drasticamente. A Susie virou outra pessoa. Recuperou a sua velha personalidade implicante. Acho que EU é que estou ficando alérgico às minhas irmãs. Elas resolveram que vão me botar com os olhos cheios d’água também. Agora vou poder voltar a me preocupar com as questões básicas da vida: como acabar com as minhas espinhas, e como criar coragem para chamar a Cilla para sair.

Sábado, 8 de junho

Pensei que finalmente tinha conseguido arranjar um amigo! Hoje chegou pelo correio um envelope grosso com o meu nome escrito, O máximo. Muito diferente do familiar comunicado da biblioteca pedindo a devolução de algum livro atrasado. Abri cheio de expectativa. E descobri que era só o material sobre febre do feno para a Susie.

A FEBRE DO FENO: OS FATOS

(1) 6.000.000 de pessoas sofrem de febre do feno na Inglaterra.

(2) Não existe cura para este mal, apesar de alguns medicamentos poderem ajudar na sua prevenção e tratamento. Além disso, em algumas pessoas, ela deixa de se manifestar depois de uma certa idade. Geralmente só depois dos 30 ou 40 anos.

Pô, mas aí você já está muito velho.

(3) Há testes cutâneos em que se injeta uma pequena quantidade de extrato de pólen, geralmente no braço (no caso de outras alergias são utilizadas outras substâncias, como a poeira, ou o pêlo de animais). Caso paciente seja alérgico, alguns minutos depois surge uma pequena inchação, acompanhada de coceira, no local da picada. Estes testes cutâneos, no entanto, nem sempre funcionam e às vezes indicam um número de substâncias muito maior do que aquelas a que o paciente é realmente alérgico.

O que se pode fazer para reduzir o desconforto causado pela alergia?

A maneira mais óbvia de minimizar o seu sofrimento é evitar o contato com o pólen. Entretanto, isso nem sempre é possível. Em muitos casos é melhor tratar dos sintomas do que ficar trancado em casa. Eis aqui dez dicas que podem ajudar:

- Fique longe de áreas onde haja muita grama.
- Tire férias à beira-mar.
- Mantenha as janelas de casa fechadas quando o vizinho cortar a grama.
- Não se esqueça de que há mais pólen no ar nos dias de calor.
- Use óculos escuros fora de casa.
- Evite passear à noite.
- Evite viagens no campo durante os meses de verão.
- Mantenha as janelas do carro fechadas ao dirigir.
- Verifique a previsão da quantidade de pólen no ar.
- Consulte o seu médico e não deixe de tomar os medicamentos receitados.

Talvez eu use essas informações para ganhar um dinheiro extra. Posso oferecer os meus serviços para a estação de rádio local.

Capítulo 10

O MEU PRIMEIRO CIGARRO QUASE ME MATA

Quarta-feira, 12 de junho

Estou me sentindo um injustiçado essa semana. Os meus colegas estão fazendo um passeio na Cornualha com a escola. Só tinha vinte lugares. Fiquei de fora. Além de ter que ESTUDAR enquanto eles se divertem, a gente ficou com os professores mais fracos. Os melhores também estão lá, curtindo a viagem. Não está passando nenhum programa bom na televisão. Todos os filmes são para maiores de 16 anos, e nem valem a pena.

Eu não estava com muita vontade de voltar para casa depois da escola. A Susie estava na casa da Kate outra vez, e a mamãe e o papai iam ficar até tarde no piquenique anual da firma do papai. Tomara que depois disso os dois se entendam melhor. Eles têm tido “debates” ultimamente. Eu estava me arrastando lentamente para casa, sem nada para fazer, quando vi algo que parecia sinais de fumaça saindo do ginásio. Como não conseguia ler os sinais, fui investigar (eu estava entrando no meu papel de detetive particular). Descobri que eram só alguns colegas meus tentando se suicidar com um cigarro. Antes de eu conseguir abrir a boca, eles gritaram:

— Lá vem o “Pete Sabe-Tudo”! — e supostamente começaram a me imitar:

— Eu é que sei o que é bom para vocês...

— Vocês estão se matando..

Eles me encurralaram num canto e começaram a soltar fumaça minha cara, cantarolando:

— O cigarro não faz mal só para a sua saúde. Também faz mal para as pessoas à sua volta.

— O cigarro mata cerca de 100.000 pessoas por ano.

— Cada cigarro rouba cinco minutos da sua vida.

— A cada 15 minutos, alguém morre de câncer do pulmão na Inglaterra.

— O cigarro causa câncer do pulmão, bronquite e doenças do coração.

— Ele faz mal ao bebê dentro do útero.

— É que nem beijar um cinzeiro.

— Um quarto dos fumantes morre por causa desse vício.

Não sei por que eles ainda fumam, sabendo disso tudo. Mas não se importam nem um pouco de passar horas explicando por quê.

A Ann disse que começou a fumar quando tinha 13 anos. A irmã mais velha dela estava namorando um cara que fumava muito. Teve uma noite em que o namorado da irmã foi na casa dela quando os pais tinham saído, e eles foram fumar no quintal (a mãe dela não permitia cheiro de cigarro dentro de casa). Ela ficou assistindo à televisão. Quando o programa acabou, ela foi atrás dos dois. A irmã perguntou de brincadeira:

— Quer um cigarro?

Ela não queria que o namorado da irmã achasse que ela era careta, então aceitou. Ela achava esquisito fumar. Ficava tonta por causa da fumaça e com a garganta ardendo. Mesmo assim fumou o cigarro até o fim, só para tirar chinfra da irmã e o namorado. Agora ela compra cigarro na venda da esquina, ou então fila dos amigos.

O Dave disse que comprava cigarro em vários lugares diferentes. Apesar de só ter 14 anos, nunca teve nenhum problema para comprar. Ele gostava de fumar e achava que o cigarro dava uma pinta de durão:

— Se você quer fumar, é problema seu, ninguém tem nada com isso. — Ele começou a fumar quando comprou uns cigarros junto com o primo e foi experimentar perto do rio. Não gostou muito, e no início só fumava nas festas e quando saía para dançar. Depois, começou a ter umas brigas feias com a mãe. Ele sempre saía dessas discussões muito nervoso, mas depois de algum tempo descobriu que fumar um cigarro “melhorava um pouco”. Ele achava horrível uma menina fumar. Para ele, isso era muito vulgar. Uma vez ele quase foi pego fumando na escola. Ele enfiou correndo o cigarro no bolso, e acabou se queimando. Que idiota.

Foi aí que a Ann interrompeu. Ela disse que não via diferença nenhuma entre um menino e uma menina fumando. Ela também achava que o cigarro dava a ela uma pinta de durona, além de ser sexy. Ela achava que não valia a pena parar, porque seu pai e sua mãe também fumavam. Já estava mesmo prejudicando a saúde respirando a fumaça que eles soltavam... Ela não se importa muito com o que pode acontecer daqui a vinte anos. Segundo ela, até lá todo mundo já deve ter morrido por causa da bomba.

Um garoto, com quem eu nunca tinha falado antes, disse que fumava todo dia na escola e nunca tinha sido pego. Ele e os amigos escondiam os cigarros acesos dentro das carteiras. Quando queriam dar um tragada, era só levantar o tampo. Ele achava que os professores não estavam nem aí, já que a maioria fuma. Dá para sentir o bafo de cigarro do Prof. Rogers a um quilômetro de distância. O garoto disse que queria parar de fumar.

O cigarro estava arruinando as suas finanças. O problema é que ele tinha a maior dificuldade para parar, ainda mais porque todos os amigos dele também fumam.

No final, eles teimaram comigo para eu experimentar um cigarro, só para ver o que eu estava perdendo. Eles deram a entender que tinha alguma coisa errada comigo — será que eu era “delicado” demais para experimentar? Para mim, eu estaria provando que era mais durão se não experimentasse, mas achei mais seguro ficar na minha. Dei uma tragada. Até que não me senti muito mal, apesar de ficar com vontade de tossir. Tentando cumprir à risca o meu papel de detetive, dei mais duas ou três tragadas, bem fundas — e a parte de cima da minha cabeça começou a cair. Comecei a tossir. Fiquei com a mão formigando. Meus olhos ficaram cheios de água, e eu quase desmaiei. Quando parecia que eu ia vomitar, os meus colegas, que a essa altura já estavam morrendo de rir, saíram de fininho.

No caminho de casa, tinha um verso que não saia da minha cabeça: “Quem fuma tem cabeça lerda, cigarro dá cheiro de merda.” Parei na primeira loja que eu achei e comprei cinco pacotes de drops e chiclete para disfarçar o cheiro. Eu só conseguia ver maços e mais maços de cigarro na minha frente, misturados com um monte de anúncios. Quando saí da loja, dei de cara com uma foto enorme de um carro de fórmula-1, olhando para mim do outro lado da rua. Era um anúncio de John Player Specials. Deviam fuzilar o cara que fez isso. Na parte de baixo do anúncio estava escrito, em letras BEM pequeninas: O MINISTÉRIO DA SAÚDE ADVERTE: FUMAR É PREJUDICIAL À SAÚDE. Que babaquice. Se o cigarro faz mal, então por que deixam colocar o anúncio? Cheguei em casa, escovei os dentes, chupei outro pacote de drops, e prendi a respiração quando a minha mãe veio me dar um beijo de boa-noite.

Quinta-feira. 13 de junho

Tirei a melhor nota da sala no teste de matemática. Comi um chocolate recheado com caramelo para comemorar. Estou com uma dor na barriga que está me deixando preocupado. Estava achando que era apendicite, mas segundo o dicionário de medicina, se fosse isso eu deveria estar com febre e vomitando. Então, deve ser outra coisa.

Sábado, 15 de junho

Passei a manhã inteira lendo um monte de revistas velhas de ciclismo que o Sam me emprestou. Ele ainda sonha em vencer o Tour de France correndo numa Peugeot. A dor na barriga passou. E engraçado. O meu corpo fabrica uma dor, e depois ela some sem eu

saber por que apareceu. É como se ela se curasse sozinha. O meu raciocínio foi interrompido por um grito da Susie. Ela estava procurando uma fita durex para fazer um cartão de aniversário para o papai. Mas o que acabou encontrando foram alguns cigarros escondidos dentro de uma lata que ele usa para guardar bugigangas. Há um mês, ele disse que tinha parado de fumar. A gente não acreditou, porque a garagem ainda fede a cigarro de vez em quando. Agora a gente chegou à conclusão de que o único jeito é a guerra. Fui até a loja de brinquedos mais próxima e comprei um pacote de estalinhos. Peguei os três cigarros do papai que tinham sobrado e enfiei dois estalinhos em cada um. Coloquei a lata no lugar com todo o cuidado possível.

Parecia que o dia não ia acabar nunca. De vez em quando eu olhava para a Susie, e a gente não conseguia parar de rir. Meus pais sabiam que a gente estava aprontando alguma, mas não contamos o que era. Um pouco antes do jantar, papai desapareceu, dizendo que ia ao banheiro. Um minuto depois o banheiro explodiu, e o papai soltou um BAITA palavrão. Um dos que ele sempre diz PRA GENTE não usar, é claro. A Susie e eu tivemos um sério ataque de riso, e a mamãe lançou um DAQUELES olhares para nós. Depois de cinco minutos de silêncio, papai apareceu sem falar nada, mas chupando uma bala de hortelã. Eu já tenho uma certa experiência para reconhecer o cheiro de drops misturado com fumaça de cigarro, apesar do hálito do meu pai ter um leve toque de pólvora.

O clima no jantar estava meio tenso. A Susie não resistiu à tentação de repetir uma coisa que eu tinha contado a ela:

— Pai, você sabia que foi Walter Raleigh quem trouxe o tabaco para a Inglaterra, no século XVI? E que naquela época os médicos achavam que ele era bom para todo tipo de doença, incluindo gota, piolho e úlcera? Mas agora o Serviço Nacional de Saúde gasta mais de 3.000.000 de libras por semana para cuidar de pessoas com doenças causadas pelo fumo. De cada 1.000 pessoas, uma é assassinada, 6 morrem em acidentes de carro e 250 por causa do fumo. Tem certeza que você está se sentindo bem, papai?

Minha irmãzinha sabe parecer tão inocente quando quer... Mamãe ficou atônita. O velho engasgou com o creme da sobremesa. Parecia um menino malcriado levando uma bronca. Mas, no final, ele teve que rir:

— Pois é. É um hábito muito porco. Tomara que vocês não experimentem nunca. Aliás, eu vou dar 100 libras para cada um, se vocês não fumarem antes dos 21 anos.

Foi a minha vez de ficar vermelho. Garanti que ele não precisava chantagear A GENTE para não fumar. Posso ser um grande hipócrita quando quero. Desde que soube que o Sam tinha sido chantageado pelo pai, eu estava atrás de uma maneira de fazer o papai me chantagear também. A Susie ficou besta com a minha atitude. Mas não dava mais para segurar o papai agora:

— Vocês são bem informados. Fumar é a coisa mais idiota do mundo. O pior é que depois que você começa, que nem eu, é quase impossível parar.

Meu Deus, estava começando a ficar igual a uma palestra na escola. Só que de repente a Susie começou a chorar:

— Não morra, papai, por favor! Você fica cheio de tosse e catarro de manhã. Quando você fuma, a gente também respira a sua fumaça. Mamãe mandou a gente parar de implicar, porque senão ele ia precisar de um cigarro para se acalmar. Então resolvi contar a minha última piada de cigarro, para ajudar:

“Um cara chega para o outro e pergunta:

— Reparei que o senhor sempre chama o seu guarda-chuva de cigarro. Por que isso?

— Porque eu sempre trago ele.”

Silêncio total. Ainda bem que era a minha vez de lavar a louça.

Domingo, 16 de junho

Chuva.

Segunda-feira, 17 de junho

Chuva e escola.

Terça-feira, 18 de junho

O papai agora está com uma fixação anticigarro. Vai ver é porque eu cortei a foto de um pulmão com câncer que achei numa revista, e botei na marmita dele. Fui dar com ela mais tarde na cesta de papéis, toda rasgada. Ele deve estar com muito medo de que o fato dele fumar incentive a gente a fumar também. Ele não deixou a gente se levantar depois do lanche e leu um artigo de jornal que dizia que um em cada três adultos que fumam regularmente tinha começado antes dos nove anos. Além disso, as crianças com menos de 16 anos fumam 20.000.000 de cigarros por semana, gastando mais de um

milhão de libras, sem contar que cerca de uma em cada três crianças já fuma no quinto ano da escola.

Perguntei ao papai por que ele fumava, e ele respondeu que é por que é viciado em nicotina e o cigarro ajuda a relaxar. Ele descobriu que não conseguia se concentrar direito sem fumar. Além disso, disse que gosta da sensação de pôr um cigarro na boca e do ritual de riscar um fósforo e acender. Coisas que, segundo o professor de Programa de Saúde, os fumantes usam como desculpas para o vício. Mas o papai teimou que a culpa não era só dele. Afinal, as agências de propaganda gastam 100.000.000 de libras por ano para convencer a gente a fumar, enquanto o governo gasta apenas 2.000.000 de libras para nos convencer do contrário, ao mesmo tempo que recolhe os polpudos impostos sobre a venda de cigarros.

Quinta-feira, 20 de junho

A fixação do papai é contagiosa. Percebi que eu já não agüentava mais: contei à Susie que tinha experimentado um cigarro e estava com medo de ficar viciado pelo resto da vida. A Susie disse que eu era maluco. Ela já tinha experimentado há dois anos e tinha detestado tanto, mas tanto, que nunca mais ia pôr outro cigarro na boca. Admiti que ia ser uma pena perder as 100 libras que o meu pai tinha prometido. A gente foi atrás dele para aceitar a oferta.

Sexta-feira, 21 de junho

A Sally é que não vai mais ganhar as 100 libras dela. Ela botou uma calça para lavar com um maço de cigarros no bolso. A roupa ficou toda manchada de nicotina, e a máquina de lavar entupiu. A mamãe já estava irada com ela, porque ao invés de estudar para as provas, ela passa o dia inteiro ensaiando para a peça da escola e fazendo farra no bar.

Terça-feira, 16 de julho

Só faltam três dias para as férias. Mal posso esperar. Abriu um MacDonald's novo no shopping. Passei por lá hoje para comer umas batatas fritas quando estava voltando do colégio. Dei de cara com a Cilla bem na hora em que ia entrar. Fiquei super sem graça. Metade da escola estava lá e ficou parecendo que a gente estava junto. Há séculos que eu estou a fim da Cilla, mas acho que ela não percebeu. A gente se dá super bem, mas ainda não sei se algum dia vou ter coragem de pedir a ela para sair comigo. É capaz dela dizer não. Então acho melhor continuar a fim dela à distância. Deve ser mais fácil

convidar uma menina para sair depois de conversar bastante com ela numa festa, ou qualquer coisa assim. Tomara que isso aconteça comigo algum dia. Por enquanto, eu ainda não levo o menor jeito para a coisa.

Quarta-feira, 17 de julho

Faltam dois dias para as férias. É o último período da Sally na escola, e todo mundo foi ver a atuação dela como Julieta no teatro do colégio. Eu não fui. Já tive que aturar Romeu e Julieta inteira uma vez. Já vi muita briga de família. Chega uma hora em que elas ficam meio cansativas. Vai ver, eu podia descobrir alguma coisa legal na peça para dizer para a Cilla. Só de pensar em dizer alguma coisa bonita para ela já fico morrendo de vergonha.

Então preferi ficar em casa, e acabei me arrependendo. Quando percebi, estava no quarto da Susie. Ela tinha se esquecido de trancar o diário. Não consegui resistir à tentação de dar uma olhada. Tenho a maior dificuldade para ler a letra dela. Deviam dar um jeito nisso na escola.

Quarta-feira, 3 de julho

A mamãe está zangada porque há três dias eu não pego na minha flauta. Ela disse que não adianta eu ter aulas, se eu não treino. E os adultos por acaso treinam alguma coisa? Isso não é justo.

Quinta-feira, 4 de julho

Hoje fiquei menstruada pela segunda vez. Acho legal já ter ficado menstruada, mas é uma chateação. O pior é ter que ficar escondendo do Pete. Aposto que ele ia implicar comigo se descobrisse. Hoje foi o meu jantar favorito: macarrão com queijo e sorvete de sobremesa. Acho que vou virar vegetariana para parar de comer os coitadinhos dos bichinhos. Vou parar de comer os porquinhos, mas acho que não vou conseguir resistir à galinha assada, ainda mais se for a da mamãe. Conte para o Pete que ia virar vegetariana. Ele me perguntou como é que eu podia saber se os vegetais não sentem tanta dor quanto os animais. Fiquei sem resposta, mas também não posso parar de comer, senão eu fico com anorexia, que nem a Jane lá da escola

Fui correr na rua com a Kate. Fiquei toda molhada outra vez. A gente estava treinando para a corrida dos 400 metros. Parece que Deus esqueceu de mandar um verão para a gente este ano. Eu não tenho treinado muito, então acho que vou ficar em último. Falta só uma semana.

Sábado, 6 de julho

Hoje só vou reclamar. O Pete está de mau-humor e fica descontando em cima de mim. Odeio ser a mais nova. O meu irmão e a minha irmã ficam implicando comigo o tempo todo. Quando eu reajo, eles ficam pior ainda. Não querem nem saber como eu me sinto, mas quando sou eu que provoco os dois, fazem o maior drama e gritam comigo. Eles são muito mandões! Pensam que podem me dizer o que eu posso ou não fazer. Eu fico super sem graça quando e/es fazem isso na frente das minhas amigas, ainda mais quando meus pais também fazem a mesma coisa.

Continuo de saco cheio de usar as roupas velhas e fora de moda dos meus irmãos, ainda mais agora que eu acho que estou ficando gorda. Na última vez que consegui convencer a mamãe a comprar uma roupa nova para mim, a Sally ficou implicando comigo porque eu queria ficar na moda. Aposto que ela fazia a mesma coisa quando tinha a minha idade. Além do mais, a Sally e o Pete estão sempre tentando me convencer das vantagens que eu tenho: posso ir dormir mais tarde do que eles podiam “quando tinham a minha idade”, ganho uma mesada maior do que eles ganhavam “quando tinham a minha idade”, posso dar a última lambida na massa de bolo, etc., etc., etc.

Domingo, 7 de julho

Fui correr. Tentei convencer o Pete a ir comigo, mas ele não quis sair da cama. Disse que ia ficar me cronometrando. A peituda da Sally foi no lugar dele. Pelo menos eu sou mais rápida do que ela. Quando a gente voltou, o Pete estava dormindo. Que preguiçoso! Vão levar a Bovril no veterinário. Ela não vai mais poder ter filhote. A Sally arranhou um namorado novo. O nome dele é Steve.

Quarta-feira, 10 de julho

Querido diário

Quem ela pensa que é? Anne Franke?

Não adiantou nada treinar tanto! Estou sentada aqui com o pé enfiado numa atadura “elástica”. Parece mais uma jibóia enrolada num tronco de árvore. A Kate, a Charlotte e eu decidimos treinar a partida, já que era o último dia de treino antes das Olimpíadas da escola. A gente ficou fazendo isso até a nossa treinadora, a D. “Bunduda” Court, ficar de saco cheio. Quando a gente finalmente começou a correr de verdade, decidiu dar as mãos e terminar a corrida junto. Só que quando estava perto da linha de chegada, a Charlotte resolveu que era bem mais rápida do que a gente, e largou a nossa mão para

chegar primeiro. Eu tropecei no meu próprio pé, caí de cara no chão e torci o tornozelo. Nunca senti tanta dor. O que mais me irrita é que, mesmo com alergia, eu corro mais do que a Charlotte. Mas agora, com essa entorse, eu não vou poder mostrar para ela. A minha vontade é matar a Charlotte.

Quando caí, pensei que fosse desmaiar de tanta dor. Meu tornozelo não queria ficar no lugar direito. Comecei a chorar, pensando que estava quebrado. Fiz treinamento de primeiros-socorros quando era bandeirante. Então tirei o sapato e a meia e apalpei o tornozelo com cuidado. Aí eu vi que ele não estava quebrado e fui mancando até onde estava a D. Court. Ela pediu ao Prof. Jones para me carregar até a enfermaria. Os meninos ficaram me gozando:

—Acho que o seu namorado não vai gostar disso.

— Queridinha dos professores!

— Cuidado para não ficar com hérnia, Professor.

Aí D. Court apareceu segurando um saco de gelo e resmungando:

— IDA de GIPE, IDA de GIPE, IDA de GIPE.

Pensei que ela tivesse ficado maluca, mas ela explicou que isso era para se lembrar de como verificar se tinha algum osso quebrado e de como tratar de contusões e entorses. IDA é para verificar se tem algum osso quebrado: Inchaço, Dor, Articulação anormal GIPE é para o tratamento das entorses: Gelo, Imobilização, Pressão, Elevação.

Eu mesma dei uma olhada rápida no meu tornozelo para ver se ele estava quebrado. Eu estava sentindo muita dor, mas não quando a D. Court puxava e empurrava o meu pé: ele só doía quando girava para o lado. Eu conseguia mexer o pé sozinha (mesmo com dor) e apesar de estar um pouco inchado, não estava mais grotesco do que o normal, segundo o Pete. Botaram uma atadura elástica no meu tornozelo (pressão — e como!), disseram para eu continuar colocando gelo em casa e para deixar o pé em cima de uma cadeira quando fosse me sentar (elevação). O meu pé não cabia mais no sapato por causa da atadura e do inchaço, então pegaram um chinelo que estava na seção de achados e perdidos para mim. Na hora de ir para casa, eu já estava conseguindo andar (ou melhor, mancar). Só que de repente o meu tornozelo cedeu, e uma professora foi chamar a Kate para me ajudar.

Quando cheguei em casa, estava super cansada e deprimida. A mamãe foi muito legal: ficou me tratando como se eu fosse criança outra vez. Ela até me deu jantar no sofá. Depois fui me deitar, mas não consegui dormir. Eu estava sentindo tanta dor, que tinha vontade de gritar. Fiquei tentando encontrar uma posição confortável na cama, mas só consegui depois que a mamãe me deu um analgésico. Eu devo ter caído no sono logo depois. Quando fui ver, já era de manhã.

Acordei dez minutos atrasada. Pulei da cama. Esqueci que estava com o pé machucado: No que eu toquei no chão, gritei de dor. Mamãe me levou ao médico, e ele confirmou que eu tinha torcido o tornozelo. Ele mandou eu passar um dia inteiro sem me apoiar nele e depois começar usar os dois pés devagarinho, mas sem tirar a bandagem. O pé devia ficar doendo mais umas duas semanas, mas eu podia tomar analgésico para passar a dor

O médico era a maior fera em contusões no esporte. Disse que 80% das contusões seriam evitadas se as pessoas se preparassem direito para os treinos e as competições. Para isso, você tem que se manter em forma para o tipo de esporte que pratica, se aquecer antes dos exercícios e não parar de repente no final. Além disso, tem que usar o equipamento e as técnicas certas.

Sexta-feira, 12 de julho

Hoje foram as Olimpíadas da escola. O campo estava todo molhado. Pensei que fossem adiar, e aí eu ia poder correr. Passei a manhã inteira ensinando à Kate uns truques para ela derrotar a Charlotte (a gente ainda estava zangada porque ela tinha provocado o meu acidente). Acabaram não adiando as Olimpíadas. Tive que ficar o tempo todo sentada na grama molhada, morrendo de frio, para assistir às competições. Fiquei com pena do Sam. Ele teve um tremendo ataque de asma no meio da corrida e ficou em último lugar. Enquanto assistia, fiquei fazendo companhia à Rachel. Ela vive numa cadeira de rodas. As pernas dela não funcionam por causa de uma coisa chamada paralisia cerebral, que ela tem desde que nasceu. A gente nunca tinha se falado antes, mas descobri que ela é muito legal. Deve ser horrível não poder correr nunca.

Quando anunciaram a corrida dos 400 metros, fiquei com um embrulho no estômago por causa da Kate. É engraçado como eu fico nervosa pelas outras pessoas. Elas estavam bem juntas no final, mas a Charlotte acabou ganhando. Eu tive que fingir que estava feliz por que ela tinha ganhado, apesar de já ter conseguido fazer um tempo três segundos menor do que o dela. Eu e a Rachel tínhamos uma audiência cativa. Todo mundo vinha dar uma força para a gente e acabava contando de alguma vez que tinha se machucado.

O John disse que uma vez levou uma rasteira de outro jogador quando estava jogando futebol. Ele caiu de mau jeito e torceu o tornozelo. O pé dele inchou que nem um balão. Ele foi para o hospital e tiraram umas radiografias, mas disseram que estava tudo bem. Duas semanas depois, ele foi pisar no pé de um amigo, errou o alvo e acabou torcendo o tornozelo outra vez. O pé dele ficou todo inchado de novo.

Uma vez o Frank foi nocauteado quando estava jogando de goleiro. Jogaram a bola para cima dele, e quando ele se atirou no chão para agarrar, um zagueiro deu um chute na cabeça dele com toda a força. Ele não tem idéia de quanto tempo ficou desmaiado, mas disseram que foi um minuto. Ele lembra de ter se levantado com a ajuda do treinador, mas não estava nem conseguindo andar direito, então teve que sair do jogo. Ele estava legal no intervalo, mas quando o jogo acabou, não conseguia se lembrar do que tinha acontecido, nem de quem tinha ganho. Quando chegou em casa, estava enjoado e com muito sono, e acabou indo parar no hospital.

O futebol deve ser um jogo muito perigoso. O Timmy disse que uma vez quando ELE foi o goleiro, chutaram seu braço ao invés da bola e ainda pisaram em cima. Ele foi parar no hospital com o braço quebrado. Não dava para estudar (Já que tinha sido o braço direito), mas em compensação também não dava para jogar futebol!

Uma vez a Jan quebrou a clavícula e ficou com uma mancha roxa na bunda quando estava participando de uma corrida de obstáculos. O problema é que ELA pulou o obstáculo, mas seu cavalo não. Ela foi para a enfermaria de emergência, e botaram uma bandagem esquisita no ombro machucado, mas depois o médico tirou a bandagem. Ele disse que geralmente é preciso imobilizar o osso para ele ficar bom (que nem quando o Pete quebrou o braço), mas que no caso da clavícula, ela ia ficar boa sozinha.

A Beth contou que se machucou uma vez em que estava jogando basquete. Ela foi tentar mergulhar para se desviar de outra menina, mas bateu com o nariz no chão. O pior é que ainda ficou com os dedos esmagados porque a cabeça da menina foi cair bem em cima da mão dela. Ela ficou tonta e enjoada de tanta dor.

A minha mamãezinha querida me salvou de ter que ouvir outras histórias. Veio me apanhar bem na hora. Queria que o meu pé ficasse logo bom.

Aposto que o babaca do Dave (o da calça boca-de-sino) não contou da vez em que foi fazer uma estrela com uma mão só na ginástica e torceu o saco. O pior é que depois ele teve que engessar. Chega, eu já tinha lido o bastante.

Sexta-feira, 19 de julho

Último dia de aula. Ninguém fez porcaria nenhuma. Não sei por que a gente se deu ao trabalho de ir. O Sam não vai para a França com a gente nas férias. Ele vai com a família para a Itália porque o pai dele vai dar uma conferência lá. O Sam se acha o MÁXIMO, só porque sempre tira o primeiro ou o segundo lugar nas corridas, enquanto eu e o Randy Jo ficamos lá atrás. Só que nas Olimpíadas do colégio semana passada ele ficou em último lugar na corrida dos cem metros. Depois da corrida, ele caiu no chão e ficou chiando, sem conseguir respirar, até alguém passar a bombinha para ele. Ele usa muito a bombinha, principalmente antes de correr. Isso impede que ele fique chiando, ou tenha um “ataque de asma”, como ele diz. O Sam é tão metido a inteligente, que às vezes me irrita. Mostrei a ele um folheto sobre asma que veio junto com o material sobre alergia que o programa de rádio mandou.

Lá dizia que a asma é uma doença do pulmão em que os músculos em volta das passagens de ar ficam tensos demais. As passagens de ar — ou “bronquíolos” como diz o folheto — ficam apertadas e dificultam a entrada e (principalmente) a saída do ar nos sacos do pulmão onde o oxigênio se mistura com o sangue. As pessoas que têm asma, além de ficar chiando, têm a impressão de que vão sufocar. Deve dar a maior aflição.

Na seção “O QUE CAUSA OS ATAQUES” estava escrito:

A asma não é uma doença infecciosa. Ela surge em crianças que possuem passagens de ar muito sensíveis, que podem se contrair por diversos motivos: mudanças de tempo, principalmente com queda de temperatura e ventos fortes; excessos emocionais, como excitação e riso prolongado; infecções (gripes que passam para o peito); exercício (o problema principal do Sam) e alergia. A alergia é um tipo de sensibilidade especial em que certas substâncias, que não costumam afetar as outras pessoas, atacam aqueles que têm asma. Algumas das substâncias que costumam provocar alergia são: poeira, pólen da grama, pêlos e flocos da pele de animais.

O que o folheto falava da alergia era mais ou menos a mesma coisa que eu já tinha lido sobre a febre do feno, só que sem a parte dos olhos escorrendo. Ainda estou esperando para ver se eu tenho alergia a alguma coisa (além de ser alérgico ao trabalho, como diz a mamãe). O resto do folheto dizia:

O TRATAMENTO DA ASMA

O tratamento atual não cura a asma, mas costuma permitir que crianças que sofrem ataques muito fortes levem uma vida normal. Para isso, elas talvez tenham que tomar alguns remédios durante o horário escolar. Estes medicamentos são de dois tipos diferentes:

(1) Um tratamento que a criança deve seguir quando começa a sentir falta de ar. Geralmente utiliza-se um spray que a criança inspira, lançando o medicamento diretamente no pulmão. Ele dá alívio imediato, pois relaxa os músculos do pulmão e abre as passagens de ar.

(2) Um tratamento que reduz a sensibilidade do pulmão às substâncias que provocam os ataques, impedindo a contração dos bronquíolos e prevenindo a falta de ar resultante. Este tratamento também pode ser adotado na forma de um remédio inalado pela criança.

Se esses remédios não forem tomados regularmente e de forma adequada, a criança pode desenvolver um caso de asma mais grave.

Essa parte do folheto me lembrou aquela vez em que o Sam foi parar no gabinete do diretor porque um professor viu que ele estava usando a bombinha e pensou que ele fosse viciado em drogas.

Segunda-feira, 22 de julho

Vou ser obrigado a ter aquela conversa sobre sexo com meu pai, afinal. O Prof. Rogers passou um dever de casa de seis páginas sobre “Métodos Anticoncepcionais e Doenças Sexualmente Transmissíveis” (que nojo!). A gente tem que entregar o exercício no primeiro dia de aula. Que jeito de passar as férias: fazendo uma pesquisa sobre sexo!

Capítulo 12

ENJÔO, DOENÇA E MAL-ESTAR, OU AS FÉRIAS DE VERÃO

Sexta-feira, 26 de julho

A vovó não vai acampar com a gente, afinal. Ela não achou o programa muito interessante. Ao invés disso, vai a Bournemouth. Eu não ia dormir na mesma barraca que ela nem morto! Também escapei de dormir com a Susie: o Mat vai com a gente no lugar do Sam e vai levar uma barraca que dá para duas pessoas. Ele é que tem sorte. Seus pais são separados, então ele vai viajar duas vezes. Primeiro com a gente, enquanto a mãe está trabalhando, e depois com ela, para a Escócia.

Sábado, 27 de julho

Não sei se eu gosto muito de sair de férias. Mamãe me mandou fazer a mala sozinho. Meu pai falou para eu levar “só uma mala”. Ele não queria que a gente aparecesse na última hora com um monte de sacolas para enfiar embaixo do banco ou em cima do porta-mala, por que dificultava a visão da estrada. Arrumei tudo muito direitinho: todas as minhas fitas, o meu som portátil, minha vara de pescar, meu canivete, o dicionário de medicina, A revolução dos bichos e todas as revistas de fotografia desse ano (além de outros livros), as minhas pomadas antiacne, desodorante, talco antisséptico, uma camiseta de ciclismo da Bottega Vaporel (que o Sam me deu), meu tênis novo e o estojo de primeiros-socorros que o tio Bob me deu no Natal.

O material dentro do estojo dá para equipar um hospital de emergência no meio de uma catástrofe: uma pomada antisséptica, 20 cotonetes, dez curativos não aderentes, 25 band-aids, três rolos de atadura, 20 comprimidos de analgésico, dez comprimidos de trissilicato de magnésio para a indigestão, creme Calamina, além de tesouras e pinças. A mamãe nunca leva essas coisas quando a gente viaja, e nunca se sabe o que pode acontecer. Não botei mais nada na mala. Não tinha lugar. Infelizmente, a mamãe resolveu dar uma verificada. Ela não tem jeito. Eu tive que tirar quase todas as minhas coisas e encher a mala de roupa. Então enfiar os livros e os remédios numa sacola e escondi embaixo do banco do carro.

Longos “debates” entre os meus pais. Ele queria saber por que ela tinha que levar o guarda-roupa inteiro, mais o cachorro, o papagaio e o periquito’. A gente teve que voltar três vezes: primeiro para pegar a parte de cima do biquíni da mamãe, que ela tinha deixado pendurada no varal; depois, para pegar o meu calção; e, finalmente, para pegar o saco de dormir da Susie. Estava indo tudo bem, até que de repente o Mat ficou calado. Logo depois, ele estava vomitando em cima da Susie e dos sacos de dormir. A gente teve que parar no acostamento. Ouvi o papai resmungar que com alguma sorte a gente chegava em Dover daqui a três meses.

Enquanto a mamãe limpava as coisas, dei uma olhada em “enjôo causado pelo movimento” no dicionário. Ninguém sabe ao certo por que as pessoas têm isso, mas tem alguma coisa a ver com o ouvido médio, que por sua vez tem a ver com o equilíbrio e com os olhos. Quem é surdo-mudo não tem esse problema. O Mat estava em boa companhia:

Júlio César, Lord Nelson, Charles Darwin e Lawrence da Arábia também vomitavam sempre quando viajavam. Eu não gostaria de ser a próxima pessoa a parar naquele

acostamento. Em Dover, eu é que tive que ir comprar remédio contra enjôo, ao invés da Susie. Ela ainda está fingindo que não consegue andar direito por causa do tornozelo. Só que ele fica ótimo quando quer. Saí da farmácia carregando um monte de pacotes de Dramamine e Stugeron. O cara da farmácia não sabia qual era melhor. Dizia na bula que era para tomar os comprimidos algum tempo antes de viajar e que eles podiam causar sonolência. Se isso acontecer, não dirija nem opere máquinas. Evite bebidas alcoólicas”.

Quando a mamãe e a Susie viram as ondas batendo no cais do porto, resolveram tomar o Dramamine, e o Mat tomou o Stugeron. O papai não fica enjoado e eu TINHA CERTEZA que também não ia ficar. Posso ser hipocondríaco, mas não sou boiola.

A bula dos remédios também dava umas dicas para evitar o enjôo na viagem.

No mar

Sempre que possível, permaneça no convés e olhe para o horizonte. Evite o cheiro de diesel e de cozinha. Evite comidas muito temperadas e gordurosas. Quando estiver abaixo do convés, deite-se de barriga para baixo e mantenha os olhos fechados.

Na estrada

Se possível, olhe sempre para um ponto distante à sua frente. Certifique-se de que as crianças podem olhar pelas janelas. Evite ler quando estiver em movimento. Viaje durante o dia, se possível. Deixe entrar ar fresco e evite a fumaça. Evite comidas muito temperadas e gordurosas.

Comi batata frita, bacon, ovo e salsicha no navio, junto com o Mat e a Susie. Mas acabei perdendo o meu almoço. Ele virou comida de gaivota no Canal da Mancha. Enquanto eu estava passando mal, o Mat e a Susie foram jogar no caça-níqueis e ganharam uma fortuna. Da próxima vez, vou tomar o remédio

Domingo, 28 de julho

Ao escrever isso, estou em algum lugar da Bretanha, vestindo uma camiseta molhada (com o lema ERVA É PARA COZINHAR, NÃO PARA FUMAR) dentro de um saco de dormir ensopado, numa barraca encharcada, no meio de um lamaçal francês que chamam de acampamento. Era melhor a gente ir acampar no quintal dos fundos. Preciso urgentemente dar uma mijada. Não sei onde. Não posso ir lá fora e mijar em algum canto, porque já amanheceu. Vomitei tanto no navio, que agora estou morrendo de fome, O Mat

ainda está dormindo. Ele passou a noite inteira falando dos pais e de como foi quando eles se divorciaram.

- Ele disse que no início era muito ruim. Eles brigavam o tempo todo. Às vezes ele achava que era por causa de alguma coisa que ele tinha feito, mas depois via que não. Ele começou a ficar com medo de que se eles não se amavam mais, então não iam ter mais amor para dar. Quando o pai dele foi embora, o Mat começou a fazer xixi na cama toda noite (agora ele parou — ainda bem!). Disse que apesar de preferir que os pais não estivessem separados, era melhor isso do que os dois morarem juntos, mas sem falar um com o outro ou tendo brigas homéricas.

Pelo menos agora os pais do Mat se dão bem (tirando uma ou outra briguinha pelo telefone para combinar alguma coisa). O problema é que ele queria poder ver o pai mais vezes. Além disso, ele ficava com medo que a mãe se sentisse sozinha quando ele ia passar um tempo com o pai. Em compensação, tinha a sorte de ainda morar no mesmo lugar. Todas as coisas que conhecia desde que nasceu ainda estavam lá, iguaizinhas. Outra vantagem é que tinha dois quartos só para ele, em duas casas diferentes, isso para não falar de dois aniversários, dois natais, e um monte de presentes. Outra coisa boa é que o pai teve um filho com a mulher nova, e o Mat gostava muito do irmão.

Se eu já não tivesse ouvido outras histórias de pais divorciados, eu tentaria convencer os meus de se separarem também. Mas parece que outros amigos meus não tiveram a mesma sorte. Gente, eu estou desesperado. Vou explodir se não achar um mictório em algum lugar.

Sábado, 3 de agosto

Passei a semana inteira deprimido demais para escrever. Chuva, chuva, chuva, chuva, chuva. Já visitei mais igrejas do que o Papa. Um saco. Não sei como isso pode ser 'importante' para mim. Eu nem sou religioso. Sou só um marxista agnóstico existencial, dedicado ao materialismo dialético — e ao meu próprio corpo.

Com a Susie foi diferente. Na última catedral em que a gente foi, ela estava acendendo uma vela para o Santo Protetor dos Animais — ou algo assim — e, quando se virou, deu de cara com um velho com o sobretudo aberto, mostrando o pau pra ela. Depois ela contou que a primeira reação que teve foi de nojo. Não pelo que ele estava fazendo, mas pela coisa em si. Era um toquinho mínimo, todo enrugado. Ela também ficou muito surpresa e chocada (afinal, esse não é o tipo de coisa que se costuma ver numa

catedral). Depois, pensou: “Fica calma. Não grita, não chora, nem sai correndo. E isso que ele quer que você faça. Fica fria e vai embora.” Então ela foi embora. O cara deve ter ficado muito irado.

Domingo, 4 de agosto.

Coitada da Susie. Ontem ela teve que encarar um velho mostrando o pau pra ela, e hoje são os vômitos e a diarreia. Será que é psicológico? Ela disse que já era ruim ficar com diarreia em casa, em condições ideais, mas que num acampamento onde o banheiro é todo de concreto e fede a mijó velho, era um pouco demais! Ela quer voltar pra casa. Ia ser bom mesmo. Ela está um saco.

Papai disse que ela ficou desse jeito porque comeu ervilha demais. Já a mamãe diz que é a água. Acho que é tudo coisa da cabeça dela.

Mas a mamãe contou que o médico disse que era comum as pessoas terem dor de barriga quando viajam, porque entram em contato com micróbios diferentes. Ela também disse que não costuma ser sério. A diarreia geralmente passa em dois dias, e nem precisa gastar dinheiro com remédio. De qualquer maneira, a Susie vai ter que ficar sem comer, e só pode beber líquidos ralos (tipo água e suco de fruta fraquinho) um pouquinho de cada vez, para não vomitar tudo.

O dicionário disse que esse tipo de diarreia tem nomes diferentes em cada parte do mundo: o exemplo mais famoso é o da Vingança de Montezuma, no México. Acho que a da Susie é de um tipo diferente: “O Afogamento da Fedorenta da Susie nas Fezes de França.” Tomara que seja cólera.

Segunda-feira, 5 de agosto

Não consegui dormir. A Susie passou a noite inteira tropeçando nas amarras da nossa barraca, Será que ela conseguiu chegar no banheiro? Ela contou os detalhes hoje de manhã, enquanto a gente tomava café com croissant. Ela disse que as pernas e os braços dela estavam pesados. Era um saco, porque ela não conseguia fazer nada, nem pensar. Disse que o pior era o enjôo. Ficava o tempo todo preocupada, com medo de fazer cocô nas calças antes de conseguir chegar no banheiro, ou então antes de acabar de vomitar. Além disso, ela ficou com a bunda toda assada, e não parava de coçar. A mamãe deu a minha pomada antisséptica para ela passar e a coceira melhorou.

SOL! Finalmente uma chance de descolar um bronzado de gostosão. Vai ver as minhas espinhas também vão melhorar. Pode ser até que elas sumam de vez! A gente fez um

motim quando o meu pai deu a idéia de ir numa praia de nudismo ali perto. EU é que não vou tirar a minha roupa toda! A Susie, que quase não tem NADA, se recusa até a fazer top. Ia ser bom se a minha mãe se recusasse também. Ela podia ter um pouco de consideração pelo Mat.

Terça-feira, 6 de agosto

Ai, que agonia. Parece que estão enfiando um milhão de agulhas embaixo da minha pele, enquanto jogam água fervendo em cima de mim. Ninguém pode me tocar. Mesmo que a Cilla aparecesse nua e viesse se esfregar em mim, eu ia gritar para ela ir embora. Não estou nem com um milímetro da minha pele marrom. Estou vermelho que nem um camarão frito. Estou deitado na barraca, vestindo creme de Calamina e mais nada. Todo mundo está na praia. Eu sou um gênio mesmo! Não obedeci à mamãe quando ela me mandou botar um filtro solar e não ficar muito tempo no sol. Eu não reparei que estava assando. Passei o dia inteiro só de calção, exibindo os músculos (pelo menos AQUEILA parte ficou protegida. Estou ainda mais feliz da gente ter se recusado a ir à praia de nudismo). Só de noite é que percebi que a minha pele estava pegando fogo.

Tomei um analgésico para ver se a dor passava. A Sagacidade da Susie leu o aviso em francês que estava pregado no acampamento. Dizia assim:

II. EST TRÉS DANGEREUX DE RESTER AU SOLEIL..

Ela esperou o Mat aparecer para mostrar para ele os seus dons de tradutora: “Cuidado, é muito perigoso ficar no sol por um longo período de tempo. Só exponha sua pele ao sol em intervalos curtos, e evite o período entre as 11:00 hs. e as 15:00 hs., quando o sol está mais forte. Use os bronzeadores adequados, principalmente se você tem uma pele sensível. Use um boné para proteger a sua cabeça da exposição direta ao sol.”

Quarta-feira, 7 de agosto

PIOROU.., agora apareceu um monte de bolhas d’água e a minha pele está descascando toda. Mamãe disse que é só a camada externa que está caindo. Quando a gente queima essa camada, as células morrem, e vão embora nesse liquido “seroso” que sai das bolhas. Se a queimadura é muito profunda, cresce uma nova camada para substituir a antiga. Agora eu passo a maior parte do tempo bebendo litros de Coca-Cola, para compensar a umidade que o meu corpo está perdendo (inclusive com o suor). Também estou comendo toneladas de baguetes com manteiga e patê, além de frutas, chocolate e uns queijos meio nojentões, para ajudar o meu pobre corpo a se reconstituir. Li no

dicionário de medicina que a gente fica marrom quando pega sol porque algumas células da nossa pele, chamadas “melanócitos”, começam a fabricar um pigmento chamado “melanina”. A melanina filtra a luz do sol e não deixa que ela queime a nossa pele. Espero que dê tempo dos meus melanócitos começarem a funcionar antes da próxima enchente. A Susie está descontando o meu pouco-caso quando ela se afogou nas Fezes de França. De vez em quando ela enfia a cara feia na barraca, cai na gargalhada, e depois vai embora com o Mat. Ela nem pergunta como é que eu estou.

Quinta-feira, 8 de agosto

Ficamos conversando até tarde ontem, ouvindo os mosquitos se esmagando contra a barraca. A Susie e o Mat falaram o tempo todo de divórcio. A Susie ficou chocada quando o Mat disse que, hoje em dia, um em cada três casamentos acaba em divórcio. Além disso, metade dos filhos dos casais separados acaba perdendo o contato com um dos pais. O Mat também disse que geralmente as crianças pioram na escola quando os pais se divorciam. Bom, pelo menos foi isso o que aconteceu com ele.

A Susie contou que os pais da Pam — uma amiga dela — eram separados e que ela nunca via o pai. Os dois tinham se afastado muito, e apesar dele ser seu pai biológico, a Pam não gostava muito dele. Sabia que o pai queria sair com ela mais vezes, mas ela ia como se fosse uma obrigação. Achava muito chato ter que largar os amigos para ir a um lugar onde não conhecia ninguém. O pior é que todo mundo achava que ela tinha que se dar super bem com a irmã de criação, que 90% das vezes só fazia encher o saco.

O Mat não teve que passar por nada disso, mas cada caso é um caso. Todos os amigos dele que tinham pais ‘com problemas’, ou se divorciando, iam falar com o Mat, porque achavam que ele sabia o que eles estavam passando: as brigas, as portas batendo, as acusações, as lágrimas, a impressão de que era tudo culpa deles, os silêncios prolongados, a culpa, o ressentimento.

As bolhas já estão sumindo. Estou até com um leve toque marrom, mas continuo tomando o maior cuidado com o sol. Estou doido pra voltar para casa. A Susie me disse que queria que eu já estivesse lá.

Sexta-feira, 9 de agosto

A Susie recebeu o troco. Ela e o Mat estão cheios de pereba. Deve ser mordida de mosquito. Tomara que eles peguem malária. Ofereci a pomada antisséptica e a Calamina em troca de um sorvete pago com o dinheiro que eles ganharam no jogo. Dei uma olhada

no dicionário de medicina e vi que não tem a menor chance deles pegarem malária. Os mosquitos daqui não transmitem essa doença. Os calombos vermelhos e a coceira (mamãe também está com um monte) são uma reação do corpo contra a saliva que os mosquitos injetam quando picam a gente.

Sábado, 10 de agosto

Chegamos em casa. Papai comprou um monte de cigarros na duty free. Ele disse que é “para um colega do trabalho”! Recebi um cartão- postal da Cilla. Ela está toda bronzeada. Retiro o que disse a respeito de não chegar perto do corpo dela. As pulgas da Bovril pularam em cima da gente para nos cumprimentar. Botei a bichana numa sacola de corda e taquei um monte de talco antipulga em cima dela. Arranjei outra inimiga para o resto da vida.

Capítulo 13

MEDO DO FUTURO

Terça-feira, 3 de setembro

Primeiro dia de aula. A Cilla está toda bronzeada. Vou pedir a ela para ser minha namorada.

Segunda-feira, 9 de setembro

Ontem foi o aniversário do Sam. Ele fez 15 anos. Não deu para escrever ontem. Fiquei cansado demais depois de passar 580 quilômetros no GTI do pai dele e três horas num parque de diversões muito maneiro. Fui junto com o Sam, o Randy Jo e o Slogs. Me diverti mais do que de costume. Tomei um remédio contra enjôo, então deu para agüentar o pai do Sam dirigindo (ele dirige quase tão mal quanto a minha mãe). Consegui ir no bicho-da-seda e na montanha-russa sem ficar com a menor vontade de vomitar. Tinha uma fila enorme para entrar em todos os brinquedos, então a gente se revezava enquanto os outros iam comprar cachorro-quente ou iam no banheiro.

A gente passou por Birmingham no caminho do parque. Aquele lugar é muito deprimente: uma fileira interminável de chaminés fedorentas poluindo a atmosfera sem parar. O Sam disse que a poluição não era a única fonte de doenças de lá. O desemprego também era um grande problema de saúde. Os médicos estão começando a achar que além de fazer as pessoas se sentirem impotentes, deprimidas e com vontade de se matar (o risco do

suicídio aumentou nove vezes entre os desempregados), o desemprego também provoca problemas físicos, como doenças do coração e do pulmão.

Fiquei super-impressionado. Isso é uma coisa que me deixa muito preocupado. Ainda mais agora que a Sally não passou nas provas e não conseguiu um emprego. Ela não sabe o que fazer. Vive saindo no jornal que tem mais de três milhões de pessoas desempregadas. Eu acho que vou ter que mudar de país no dia que eu quiser arrumar um emprego. Entendo perfeitamente que um cara que não consegue arranjar trabalho queira se matar. Não quero ficar o resto da vida sem fazer nada. Ia ser um saco ficar preso em casa o dia inteiro.

Já a grande preocupação do Sam é a BOMBA. Ele diz que se a gente tiver sorte, vira cinza instantaneamente: não vai dar tempo de sentir nada. O Randy Jo acha que ia ser bom se tivesse uma guerra. O desemprego ia acabar: todo mundo ia morrer, ou ia ter que ir lutar no exército. Ele acha que a Segunda Guerra Mundial fica o máximo nas séries de TV. Quando ouviu essa idéia idiota, o pai do Sam quase perdeu a direção e por pouco não bateu num caminhão enorme que estava transportando carros japoneses. Ele tirou o maior fino.

Quarta-feira, 18 de setembro

O Prof. Rogers devolveu o trabalho que a gente fez durante as férias. Tirei a melhor nota da sala. Os meus amigos queriam saber como é que eu sacava tanto de doenças sexualmente transmissíveis. Bom, eu perguntei quase tudo para o meu pai — mas não contei nada para eles. Perguntaram se eu tinha aprendido na França. Eu respondi que sim, porque foi nas horas de agonia que passei deitado na barraca, lendo o dicionário de medicina, que eu fiz o trabalho. Só que essa parte eu deixei de fora.

NOME: Peter Payne

DOENÇAS ASSOCIADAS AO SEXO

1.0 que significa DST? Doenças Sexualmente Transmissíveis

2. Cite quatro DSTs

(a) AIDS (b) Sífilis (c) Gonorréia (d) Chato

3. Elas são transmitidas por

(a) Vasos sanitários ~~Provavelmente~~ Não

(b) Beijo Não

(c) Beijo de língua Improvável

(d) Coito vaginal Sim

(e) Aperto de mão Não

(f) Coito anal Sim

(g) Masturbação Não

& O que causa

(a) Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (AIDS)

Um vírus muito violento.

(b) Sífilis Um micróbio - *chamado espiroqueta*

(c) Uretrite inespecífica Um tipo de bactéria

(d) Sapinho ~~Uma espécie de cogumelo~~ *Um fungo*

(e) Condiloma genital Vírus

(f) Herpes Vírus herpes símples

(g) Chato Piolhos que vivem nos pelos pubianos - *sim, mas diferentes dos que dão na cabeça*

5. AIDS

Como você pode saber se está com AIDS? Você fica muito doente e fraco. Aparecem caroços em todos gânglios do corpo. – *Mas você pode ser portador da doença e transmitir para outras pessoas sem apresentar nenhum sintoma.*

Há alguma cura para essa doença ? Não

O que se pode fazer para reduzir o risco de contrai-la? Não transar com um monte de gente. Não usar drogas injetáveis. Usar camisinha sempre que tiver relações sexuais. – *O mais seguro é ter um único parceiro sexual.*

O que acontece se a doença não for tratada? A pessoa morre – mas não é todo mundo que se trata - *e como você disse acima, a AIDS não tem cura.*

6. Gonorréia

Como você sabe se está com a doença? Sai pus do pênis. - *As mulheres têm corrimento vaginal.*

Como ela é tratada? Com penicilina – que foi inventada por Alexander Fleming. Será que ele tinha gonorréia? ~~_____~~

7. Sapinho

Como você sabe se está contaminado? ~~Aparecem uns cogumelos, além de outras coisas.~~ *O seu pênis ou vagina fica avermelhado e coça. Nem sempre é uma doença sexualmente transmissível.*

Como ele é tratado? Você vai a uma clínica.

O que se pode fazer para reduzir o risco de contrair-lo? Não sei. *É uma doença muito comum e não costuma ser grave.*

O que acontece se a doença não for tratada? Não sei. *Você continua com coceira!*

8. Condiloma

Como você sabe se está com a afecção? Dá para ver as verrugas.

Como é tratado? ~~Você pode arrancar as verrugas.~~ *Não – existe uma loção especial que você pode pedir ao seu médico.*

O que se pode fazer para reduzir o risco de contrair-la? Não ter relações sexuais com alguém que tenha a doença.

O que acontece se essa doença não for tratada? Nada, mas ninguém vai querer nada de você.

9. Herpes

Como você sabe se está com herpes? Aparece uma ferida no pênis ou na vagina.

Há alguma cura para essa doença? Não. (Piada: qual é a diferença entre o amor e o herpes? Resposta: herpes é para sempre)

O que se pode fazer para reduzir o risco de contraí-la? Não transar com ninguém que tenha a doença.

O que acontece se a doença não for tratada? Ela aparece de novo de vez em quando.

10. Uretrite inespecífica

Como você sabe se está com a doença? Dói quando se faz xixi. – *Muitas vezes as mulheres não percebem que estão com a doença, mas podem transmiti-la.*

Como ela é tratada? Você tem que ficar 3 semanas sem beber e sem transar! - *e tomar antibiótico.*

O que se pode fazer para reduzir o risco contraí-la? Não transar com ninguém, e usar uma borrachinha. *? O que é isso? Camisinha? Se for então 4*

O que acontece se a doença não for tratada? Você continua a sentir dor e transmite a doença para os outros.

11. Quais das seguintes afirmações sobre a AIDS são verdadeiras?

(a) É uma doença que só ataca os homossexuais – é o que achavam antes, mas não é verdade.

(b) Tanto os homens quanto as mulheres podem contrair a doença - verdadeira

(c) Não é uma doença muito perigosa. Falsa

(d) Há mais de 30.000 aidéticos na Grã-Bretanha. Verdadeira. Espero que eu não seja um deles. *Eu também!*

(e) Ainda não foi descoberta a cura da doença. Verdadeira

(f) Os viciados formam um dos grupos de risco. Verdadeira

(g) O uso da camisinha ajuda na prevenção da doença Verdadeira

(h) Ter vários parceiros sexuais aumenta a possibilidade de contrair AIDS
Verdadeira

12. Chato

Como você sabe se está com chato? O seu saco não pára de coçar. – *e as meninas ficam com uma coceira na região dos pelos pubianos.*

Como é tratado? Com uma loção especial que vende na farmácia, chamada Pruritat ou então queimando os bichinhos com um isqueiro – *de jeito nenhum. Deve doer muito.*

O que se pode fazer para reduzir o risco de contraí-lo? Não transar com ninguém que tenha chato.

O que acontece se a doença não for tratada? Os bichinhos vão se reproduzindo, e você fica cheio deles.

13. O que você deve fazer se acha que está com uma Doença Sexualmente Transmissível? Procurar um médico, ou uma clínica especializada em doenças venéreas.

Muito bom

Nome: Peter Payne

MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS *(É melhor você aprender bem isso, senão vai ter um monte de filhote de Payne no mundo!)*

1. Antes de um ovo crescer e se tornar um bebê ele tem que ser Fertilizado
2. Quantos óvulos são liberados por mês? Dois ou três. *Geralmente um*
3. Quantos espermatozóides são liberados em média na ejaculação? 100.000
4. Quantos espermatozóides são necessários para fertilizar um óvulo? Um
5. Por quanto tempo o espermatozóide sobrevive no corpo da mulher? Cerca de 3 dias.
6. Por que a mulher pode engravidar sem o homem atingir o clímax (ejaculação)? Não pode. – *O homem já solta alguns espermatozóides antes de ejacular.*
7. O que significa “método anticoncepcional”? São métodos que as pessoas usam quando transam para não engravidar.
8. Como se chama o método em que o homem interrompe a relação antes de ejacular?
Coito interrompido.
9. Esse método é seguro? *É. Não – não é nada confiável.*

10. Como funciona o método de tabela? As pessoas não transam perto do período de ovulação.
11. O método da tabela é seguro? É - *Não, não é um método seguro. Muitas mulheres engravidam usando este método porque é difícil saber com certeza quando ocorre a ovulação. Além disso, às vezes as pessoas perdem o controle e acabam transando assim mesmo.*
12. Quais são as desvantagens da tabela? Não sei.
13. O que significa DIU? Dispositivo Intra-Uterino.
14. O DIU é confiável? Sim
15. Como funciona o DIU? Ele impede que o óvulo fertilizado se implante no útero.
16. Existe alguma desvantagem em se utilizar o DIU? Sim. Ele vive caindo. - *às vezes, mas o principal problema é o risco de infecção nas mulheres mais jovens.*
17. Como se usa um diafragma? Colocando na vagina antes de transar. Ele cobre o colo do útero e impede que o espermatozóide atinja o óvulo.
18. O método do diafragma é confiável? Sim.
19. Quais s as vantagens do diafragma? Não sei. Nunca experimentei. - *É seguro, protege contra algumas DST e não mexe com os hormônios da mulher.*
20. Há alguma desvantagem em se usar o diafragma?' Não sei. - *Não se pode esquecer de colocar antes de transar.*
21. O que é um espermicida? É um matador de espermatozóides.
22. Como se utiliza o espermicida? Junto com o diafragma ou a camisinha.
23. O método do espermicida é seguro? Sozinho, não.
24. Como é o processo de esterilização? As trompas de falópio da mulher ou os vasos deferentes do homem são cortados e/ou ligados.
25. A esterilização é um método anticoncepcional confiável? É, se o médico fizer direito.
26. Quais são as desvantagens da esterilização? Nenhuma. - *é difícil reverter o processo se você quiser filhos depois.*

27. O que é um anticoncepcional oral? Uma pílula de hormônios que a mulher toma.
28. Como funciona a pílula? Mata o óvulo. ~~Não. A maioria impede que o ovário libere os óvulos. Algumas impedem que o óvulo fertilizado seja implantado.~~
29. A pílula é um método confiável? É o método mais seguro até o momento.
30. Quais são as desvantagens da pílula? Não sei. - *ela mexe com os hormônios da mulher. É preciso consultar um médico antes de começar a tomar.*
31. O que é um preservativo? É que nem um balão de borracha comprido. Você bota no pênis antes de transar.
32. Dê um ou o nome para o preservativo: Camisinha, camisa-de-Vênus.
33. Como funciona o preservativo? Impede que o espermatozóide entre na vagina da mulher.
34. O preservativo é seguro? Sim.
35. Quais são as vantagens do preservativo? É fácil de usar. É fácil de Ter à mão se você quer transar de repente. É barato, fácil de comprar e todo mundo já conhece.
- *além disso protege contra doenças sexualmente transmissíveis.*

Quinta-feira, 19 de setembro

Estou deprimido. Chamei a Cilla para ir ao cinema. Ela disse não. Senti alguma coisa quebrar dentro de mim. Por que é que dói tanto?

Capítulo 14

PEQUENO E GRANDE

Terça-feira, 24 de setembro

A Susie está puta comigo porque eu abri uma carta dela “por engano”. Me amarro em fazer isso: eu gosto de viver perigosamente. Era da pessoa que escreve a coluna de conselhos da *Teenage Weekly*. Parece que a Susie escreveu para lá porque estava se achando gorda. Não consigo entender por quê. A carta dizia:

Coluna de Conselhos

Teenage Weekly

Wigmore Road

Londres WCI

Cara Susie,

Obrigada pela sua carta.

Você diz que é, e sempre foi, gorda demais. Que apesar de ter perdido dois quilos há pouco tempo, já recuperou um quilo e meio. Você afirma que está sempre tentando perder peso!

Você também reclamou que alguns membros da sua família não levam este problema a sério: seu irmão a chama de hipopótamo e seu pai diz que você come menos do que um passarinho.

Este tipo de problema é muito comum, mas felizmente as pessoas têm tamanhos e formatos diferentes. O nosso peso e a nossa altura só se tornam um problema quando não gostamos do jeito que a gente é, principalmente quando somos provocadas por pessoas idiotas que adoram fazer isso. Essas pessoas são muito agressivas e gostam de explorar os nossos pontos fracos. Elas fazem a gente se sentir indefesa e incapaz de mudar.

Pode parecer injusto que algumas pessoas comam sem parar e não engordem, enquanto outras comam muito pouco e fiquem gordas. O problema é que ninguém sabe muito bem porque isso acontece, mas geralmente as pessoas engordam porque estão comendo as coisas erradas. Eu costumo dizer que se você engorda é porque está comendo mais do que precisa.

De qualquer maneira, não acho que você seja gorda demais. Você tem 52 quilos. Como pode ver nas tabelas de peso e altura que mandei junto com esta carta, você está dentro do peso normal para a sua idade.

MENINAS

IDADE

PESO (Kgs)

ALTURA (crns)

	Normal	Médio	Normal	Normal	Média	Normal
	Baixo		alto	baixa		alta
10 anos	23	31	40	125	136	148
11 anos	25	35	56	130	143	155
12 anos	28	40	64	135	149	164
13 anos	32	46	70	142	156	168
14 anos	37	51	73	148	160	172
15 anos	42	54	74	150	162	173
16 anos	45	56	75	151	162	174
17 anos	46	56	75	151	162	174
18 anos	46	57	75	151	162	174

MENINOS

IDADE	PESO (Kgs)			ALTURA (cms)		
	Normal	Médio	Normal	Normal	Média	Normal
	Baixo		alto	baixa		alta
10 anos	23	30	43	125	137	148
11 anos	25	34	50	129	142	154
12 anos	27	38	57	134	147	161
13 anos	30	43	64	139	153	168
14 anos	33	49	71	145	161	176
15 anos	39	55	76	152	167	182
16 anos	46	60	79	159	172	185

17 anos	49	62	80	162	174	187
18 anos	50	64	81	162	175	187

Mesmo que você não esteja dentro dessa faixa, isso não significa que haja algum problema. Mas se estiver muito afastada dela, é melhor conversar com alguém.

*É muito comum as meninas da sua idade engordarem um pouco. O melhor é tentar não engordar **DEMAIS**. Assim, você se sente mais à vontade para curtir a vida. Além disso, as pessoas que são muito gordas costumam ter problemas de saúde quando ficam adultas.*

*Hoje em dia as meninas acham que têm que ser super magras, só porque está na moda. Às vezes isso vai longe demais, e elas acabam perdendo a noção de quando devem parar de fazer dieta. Elas **PENSAM** que são gordas, mesmo quando estão extremamente magras. Isso pode provocar um problema chamado “anorexia nervosa”. Quando a menina fica com anorexia, ela pára de comer e pode até morrer.*

Também estou mandando trechos de outras cartas que escreveram para mim, para você ver que não é a única pessoa no mundo que tem esse tipo de problema. Envio, ainda, algumas sugestões de dieta que já funcionaram muito bem antes.

Não se deixe influenciar pela família. Diga ao seu irmão que os meninos também podem virar hipopótamos.

Um beijo, Chere Vainer

RECLAMAÇÕES QUE AS PESSOAS FAZEM SOBRE O SEU PROBLEMA DE PESO

E ALGUMAS DAS MINHAS RESPOSTAS

Chere Vainer

“Eu peso 67 quilos. Sou gorda desde os dez anos. Sempre me chamaram de “balofa, bola de carne e tanajura”. Quando eu corria, diziam que estava provocando um terremoto. Eu tinha alguns amigos, mas eles também me xingavam pelas costas. Gostaria de perder dez quilos. Aí eu poderia ir dançar na discoteca e me divertir. Só que eu não sei direito qual é o peso certo para mim. Você poderia me ajudar? Eu falei com a minha mãe, mas ela disse que não importava se eu era gorda ou magra.”

Resposta: A sua mãe tem razão. O que importa é ser você mesma, independente do peso. Mas ela pode ajudar você a emagrecer. Estou enviando uma dieta junto com uma tabela de peso. Mostre esse material para a sua mãe, e vocês podem bolar algumas refeições juntas. Também procure fazer mais exercícios (você pode ir para a escola de bicicleta, por exemplo). Monte uma tabela para acompanhar o seu peso e ver se está conseguindo emagrecer.

“O meu problema é que eu sempre fui meio gordo, desde que nasci. O pior é que eu não como demais e ainda faço exercício. Eu sou alto, então a minha barriga não aparece muito (ainda mais se eu usar uma roupa larga). Eu acho que é mais difícil para um homem fazer dieta do que para uma mulher. Isso é verdade? Acho que o meu corpo não vai mudar nunca. Já tentei fazer dieta, mas não adiantou nada.”

Resposta: O problema não é o seu sexo. Todo mundo tem dificuldade para perder peso. O mais importante é você querer de verdade.

“Eu sou gorda demais, apesar de não comer muito. Acho que o problema não é bem o meu peso. É que a minha gordura vai toda para os lugares errados. A minha perna é gorda, ainda mais na coxa, mas o resto do meu corpo está legal. Para piorar, todas as minhas amigas são magras e têm um corpo bem feminino. Acho que se eu fosse menino ia ser diferente.”

Resposta: Os meninos e a sociedade em geral querem que as meninas sejam magras e delicadas. E as meninas, é claro, querem ser iguais às modelos que elas vêem todo dia na TV. Deixe de se preocupar tanto com o que os outros pensam. O que realmente importa é o que você acha de si mesma.

“Acho que eu sou gorda porque como doce demais, mas não consigo parar. Já tentei mudar o tipo de comida que como. Perdi um pouco de peso, mas não é o bastante. Tentei fazer exercício, mas fiquei com muita dor no corpo e acabei parando. Já tentei de tudo, mas a única coisa que eu consigo é ficar ainda mais deprimida. Eu até comprei um laxante semana passada, mas não fez efeito nenhum. Também já tentei puxar o vômito, mas não consegui botar nada pra fora.”

Resposta: Parar de comer, tomar laxante ou tentar vomitar é PERIGOSO, Você pode acabar ficando com anorexia. Procure só comer doces uma vez por semana. Se você tiver vontade de comer doce em algum outro dia, experimente comer uma cenoura ou

uma maçã. Se você não resistir à tentação de entrar numa loja de doces, então peça um pacote de amendoim ou passa, ao invés de comprar balas ou chocolate.

“Eu sou magro demais. Eu era gordo quando pequeno, mas quando fiz dez anos comecei a emagrecer. As pessoas ficam me chamando de Cabo de vassoura. Como é que eu faço para engordar e ficar igual ao Rambo?”

Resposta: Nem todo mundo acha o Rambo bonito (eu não acho, por exemplo). Algumas pessoas têm dificuldade para engordar. O seu tipo físico deve ser este mesmo, Procure olhar as coisas pelo lado bom. É mais saudável ser magro do que gordo.

“O meu problema é que sou magro demais, principalmente nas pernas. Eu sempre fui assim. As pessoas me chamam de “palito de fósforo” e perguntam se podem me usar para acender o cigarro. Agora eu não me importo tanto porque comecei a jogar squash e ganhei mais corpo. Eu prefiro ser magro do que gordo. Estou certo?”

Resposta: Você tem razão: é melhor ser magro do que gordo. Não dê importância às brincadeiras das pessoas. Elas só fazem isso porque não têm autoconfiança. Todos nós temos os nossos pontos fracos. No caso de algumas pessoas, elas ficam fazendo piada às custas dos outros.

“Quando eu ponho uma saia apertada, as pessoas implicam comigo e me chamam de “gorducha”. Minha melhor amiga disse que eu não sou gorda, mas é assim que eu me sinto. Quando eu olho no espelho, fico super deprimida. Sempre que saio com essa amiga, todas as roupas legais cabem NELA, mas ficam apertadas em MIM. Por que é que não fazem umas roupas mais bonitas num tamanho maior?”

Resposta: Procure em outras lojas. Muitas lugares vendem roupas num tamanho maior. Você tem sorte, se pensar bem: os modelos menores vendem mais depressa, e acabam num instante.

“Acho que sou diferente dos outros meninos da minha idade. Tenho a impressão que sou baixinho e gorducho, e todo mundo é alto e magro. Detesto quando tenho que participar de algum jogo na Educação Física. Quando a gente sai do campo, tem que passar pelas meninas que ficam jogando tênis. Elas já são mais maduras. Já têm até peito. Eu acho que elas ficam me olhando de cima. Quando uma ri porque não acertou na bola, eu penso que elas estão rindo de mim. O pior é a corrida. A minha perna é muito curta e gorda. Eu não consigo correr nem de ladrão. Já teve gente que se ofereceu para comprar uma tartaruga mecânica para eu treinar.”

Resposta: Cada pessoa é diferente (ainda bem). Mas não perca as esperanças de ficar mais alto e magro. Quando entrar na puberdade, você vai ver que ri melhor quem ri por último. Alguns meninos podem crescer até 30cm por ano e a gordura acaba se distribuindo melhor pelo corpo.

RECLAMAÇÕES QUE AS PESSOAS FAZEM SOBRE O SEU PROBLEMA DE ALTURA E ALGUMAS DAS MINHAS RESPOSTAS

Chere Vainer

“O meu problema é que eu sou baixo demais. Isso só começou a me incomodar de verdade há dois anos, quando eu tinha 13. Gosto muito de esporte, então estava tentando entrar no time de futebol da escola. A minha posição favorita é a de zagueiro, porque gosto de enfrentar os outros jogadores. Fiquei de fora das primeiras partidas. O resto do time ficou implicando comigo porque eu era baixo demais. Diziam que a gente estava perdendo todos os jogos por minha causa, porque todo mundo conseguia me dar balão. Me tiraram do time, mas o jogador que entrou no meu lugar era tão ruim que eu acabei voltando.”

Resposta: Como você mesmo já descobriu, tamanho não é documento.

“Eu sou alto demais para a minha idade. Tem gente que pensa que eu já tenho 18 anos e me chamam de “varapau”.”

Resposta: Nem todos os adolescentes crescem numa mesma idade. Isso vai depender de quando eles entram ou saem da puberdade. Daqui a pouco os seus amigos também vão crescer. Pode ser até que você queira ficar mais alto ainda.

“A minha mãe me levou ao médico porque eu sou muito baixa. Ele disse que no meu caso não tinha jeito porque ninguém da minha família é alto. Sempre fui baixinha. As pessoas me chamam de “pulguinha” e “meio-quilo”. Dizem que fumar prejudica o crescimento, mas eu não fumo. Já tentei usar salto alto, mas fiquei ridícula e achei muito incômodo. Fico muito irritada quando vou comprar roupa: tenho sempre que cortar metade das pernas das calças.”

Resposta: Pense nas vantagens. Você vai economizar quando ficar mais velha porque vai poder comprar roupas de criança, o que é bem mais barato. É melhor ser meio quilo do que um quarto de quilo. Tudo é relativo.

“Acho que eu sou alto demais. Fico muito chateado quando as pessoas me chamam de mastro de bandeira. Quando eu tinha 11 anos, eu era baixinho. Mas agora já cresci tanto, que a minha cama ficou pequena demais para mim. Não gosto de ser alto, mas o meu pai quer que eu seja policial e se eu fosse baixo não iam me aceitar. Acho que também tem algumas vantagens. Quando eu jogo futebol dá para ver por cima de todo mundo, e é bom ter o braço comprido para jogar basquete.”

Resposta: Peça aos seus pais uma cama de casal Além dos seus pés caberem, você poderá ficar com ela pelo resto da vida.

“As pessoas sempre me chamam de “micróbio” e “anã”. Eu acho que sou baixinha porque nasci de parto prematuro. Quando mudei de escola, mostraram o colégio inteiro para a gente no primeiro dia de aula. A gente teve uma aula de artes em que ensinaram a talhar madeira. Eu fiquei morrendo de vergonha porque não conseguia ver o que estava em cima da mesa de trabalho. O fato de eu ser baixa fisicamente faz com que eu também me sinta pequena por dentro. Eu fico o tempo todo calada. As pessoas dizem que eu não tenho auto-confiança. Eu acho muito mais fácil conversar com alguém da mesma altura que eu.”

Resposta: Tenha paciência. A maioria das pessoas que nascem de parto prematuro atinge uma altura normal. É só pensar nos seus pontos positivos, que você vai ter mais autoconfiança. Quando isso acontecer, você vai se sentir maior. O fato das pessoas serem mais altas do que você não significa que elas são melhores.

“Eu sou tão baixinho que tem gente que diz que eu devia seguir a carreira de anão de jardim.”

Resposta: Não faça isso. A única carreira que você tem que seguir é a de ser você mesmo. Alguns amigos meus que se acham muito “baixinhos” bolaram uma lista de respostas afiadas para este tipo de comentário. Tente criar a sua lista também.

“Sou muito baixinho, e tenho esse problema desde os cinco anos. Todo mundo implica comigo. Não consigo entrar num filme de 14 anos sem mostrar a certidão de nascimento. Quando estou na rua, as pessoas olham para baixo e gozam da minha cara. Até as pessoas que eu não conheço fazem isso. Eu rio, mas na verdade fico muito chateado. Não posso usar roupa comum porque não cabe em mim. As pessoas pensam que eu sou uma criancinha. Eu não gosto disso. Vi em algum lugar que algumas crianças ficam

baixas porque possuem pouco “hormônio de crescimento”. Será que esse é o meu problema?”

Resposta: A falta do hormônio de crescimento faz com que uma em cada quatro mil crianças fique mais baixa. Se você está realmente preocupado, sugiro que fale com o seu médico.

A Susie disse para eu ficar com uma cópia da dieta porque estava ficando meio gordo. Que falta de respeito! Além do mais não é verdade.

CARDÁPIO

Café da manhã

Uma fruta ou um suco de fruta sem açúcar

Uma fatia de bacon magro ou de presunto, ou um ovo cozido ou pochê, ou um iogurte puro, ou duas fatias de queijo, ou uma salsicha pequena.

Um tomate ou um tomate grelhado — não obrigatório.

Uma fatia de pão pequena (de preferência integral), ou uma torrada com um pouco de manteiga ou de margarina leve, ou quatro colheres de sopa do cereal sem açúcar

Chá ou café com leite (dentro da quantidade permitida) (parte desse café pode ser consumido no lanche)

Lanche da manhã

Leite, ou suco de laranja ou de limão sem açúcar, ou caldo de carne ou de legumes.

Almoço

Uma fatia de carne magra ou peixe, ou um ovo, ou um pedaço de frango

Uma batata de tamanho médio, de preferência assada ou cozida com a casca ou amassada (evite batata-frita)

Ervilha, feijão ou chuchu — pequena porção (cerca de duas colheres de sopa) — não obrigatório

Uma boa porção de verduras ou uma salada

Uma fruta

Lanche da noite/Jantar*

Igual ao almoço ou

Super-lanche da lista

Quantidade diária de leite: 250ml ou meio litro de leite desnatado Apesar do leite servido nas escolas não ser desnatado, ele pode ser incluído

* Pode-se tomar um lanche no lugar do almoço OU do jantar, mas não no lugar das duas refeições.

É melhor encerrar as refeições com comidas frescas, como um aipo, uma fruta, ou uma cenoura crua. Se isso não for possível e você não puder escovar os dentes depois de comer uma comida muito doce, bocheche cuidadosamente com água.

PODE-SE COMER À VONTADE

Legumes, verduras e frutas

Aipo, agrião, alface, pepino, chicória, tomate, cebolinha, broto de feijão, repolho, couve-flor, espinafre, aspargo, couve-de-bruxelas, feijão fradinho, cebola, brócolis, alho-porró, abóbora, champignon, abobrinha, pimenta

Qualquer fruta, desde que não seja cristalizada nem em calda

Bebidas

Chá, café com leite (dentro da quantidade permitida — sem açúcar)

Caldo de legumes, caldo de carne, sopas ralas

Suco de tomate sem açúcar

Refrigerantes dietéticos, suco de laranja ou de limão sem açúcar, soda

Diversos

Sacarina, Sucaril, Dietil, Adocil, Thin e Zero-cal. Outros tipos de adoçante não são recomendáveis

Sal, pimenta, mostarda, vinagre, ervas

Molho de salada dietético de baixa caloria

Balas dietéticas

Picolés feitos em casa com suco de laranja ou limão sem açúcar

OS PRODUTOS A SEGUIR ENGORDAM E DEVEM SER EVITADOS:

Lembre-se: se comer essas coisas, você vai engordar

Açúcar, glicose, sorbitol

Doces, chocolate, sorvete

Sucos, refrigerantes

Geléia, xarope, mel, glacê, creme de amendoim

Massas, bolos, pão comum, pudim

Produtos dietéticos industrializados, como biscoitos, geléias, chocolate

Comidas industrializadas, como tortas, carne moída gordurosa, creme de chantilly

Tira-gosto, como batata frita

Qualquer tipo de fritura, gordura da carne, banha, creme, óleo de cozinha

VOCÊ PODE TROCAR UMA FATIA DE PÃO POR:

Duas torradinhas

Três biscoitos de água e sal ou cream-cracker

Uma batata de tamanho médio (85 gramas)

Duas colheres de sopa de arroz ou de massinha

Quatro colheres de sopa de cereal sem açúcar

Meio pacote de castanhas (12 gramas)

LEMBRE-SE:

- NÃO COMA ENTRE AS REFEIÇÕES. Evite comer e beber coisas doces entre as refeições. Isso o ajudará a emagrecer e a preservar a saúde de seus dentes.

- SE VOCÊ FICAR COM MUITA FOME entre as refeições, procure comer apenas comidas de baixas calorias, como um aipo, uma cenoura crua ou um rabanete, cubinhos de pepino, ou chiclete sem açúcar.

DE VEZ EM QUANDO você pode se permitir comer um pedaço de fruta fresca.

OCASIONALMENTE tome um picolé sem açúcar feito em casa.

- RESTOS DE COMIDA que ficam presos entre os dentes facilitam a formação de placas que provocam cáries
- COMER BALAS E CAMELOS, principalmente entre as refeições, muito mal aos dentes.
- MERENDA ESCOLAR — Escolha o prato que menos engorde, e leve uma fruta fresca de casa para comer de sobremesa.
- É BOM VARIAR. Você pode encontrar outras idéias para a sua dieta em livros de cozinha dietética.
- AS COMIDAS SUGERIDAS nesta dieta provavelmente serão do agrado do resto da família. Vocês podem tentar fazer dieta juntos.

MESMO DEPOIS DE EMAGRECER, NÃO SE ESQUEÇA:

1. Só coma ou beba coisas doces no lanche, e escove os dentes depois. Só escovando os dentes cuidadosamente é que você remove a placa que provoca a cárie e estraga a sua gengiva.
2. Escove os dentes depois do café da manhã e antes de dormir.
3. Vá ao dentista pelo menos duas vezes por ano.

SUPER-LANCHES: ALTERNATIVAS

Um prato de consomé ou de caldo de carne

Um hambúrguer magro no pão integral, com fatias de cebola, tomate e alface

Carne, peixe ou legumes passados no curry, mas sem farinha

Duas colheres de sopa de arroz

Gelatina feita com suco de laranja ou de limão sem açúcar

Três tirinhas de peixe grelhado

Dois tomates grandes cortados ao meio e grelhados

Duas colheres de sopa de ervilha, milho ou feijão

Uma verdura (opcional)

Uma fruta ou uma salada de frutas

150 gramas de milho cozido

Uma fatia de pão integral torrado, champignons grelhados e um tomate

Fruta fresca

“Welsh Rarebit”

Uma fatia grande de pão integral torrado

Fatias de cebola

30 gramas de queijo ralado espalhado por cima e grelhado

Uma salada

Uma maçã

Uma salsicha pequena

Salada de alface com tomate e cebola

Uma fatia de pão integral

Duas tangerinas ou outra fruta fresca

Quatro fatias pequenas de salsichão

Tigela grande de salada mista de alface e pimentão

logurte puro misturado com duas colheres de sopa de suco de laranja ou laranjada sem açúcar

Cinco fatias de presunto magro

Tigela grande de salada de repolho roxo com cebola em conserva

Uma torrada

Uma maçã ou laranja

Sopa rala, feita com caldo de carne ou de galinha em cubinhos

Ricota com cebolinha

Salada de alface com agrião

Uma maçã assada

Uma fatia pequena de pão de centeio

Uma fatia de melão

Cinco fatias finas de rosbife frio ou de presunto

Uma salada verde

Uma fatia pequena de pão integral

Uma batata assada com casca

Recheio feito com 30 gramas de ricota e 30 gramas de presunto com cebolinha

Brócolis, vagem, ou outra verdura

Gelatina feita com laranjada ou limonada sem açúcar

Uma tigela de caldo de galinha ralo

Um sanduíche com duas fatias de bacon grelhado

Duas torradas pequenas

Salada de alface com tomate

Duas salsichas sem pele

Molho de cebola (opcional)

Um tomate grelhado com champignon

Compota de amora (com adoçante) e duas colheres de sopa de leite desnatado

250 ml de sopa de ervilha, ou de legumes, ou de lentilhas, ou de legumes com carne

Uma fatia pequena de pão integral

Um iogurte puro de baixa caloria; acrescente pedaços de laranja ou de outra fruta qualquer

Sanduíches abertos

Use apenas pão integral ou pão de centeio

Em cima, você pode colocar qualquer das opções a seguir: tiras de carne, presunto, salaminho, anchova, ricota, ovas de peixe, patê feito em casa (SEM gordura), ovo cozido, etc.

Acrescente legumes e verduras picados

Enfeite com cebola em conserva, picles, ou qualquer outro tipo de comida de baixa caloria que seja gostosa e colorida

Tente criar novos super-lanches utilizando a lista de alimentos recomendados.

CONSUMO IDEAL DE CALORIAS POR DIA (DE ACORDO COM A IDADE)

HOMENS

IDADE		ENERGIA EM CALORIAS
09-11 anos		2280
12-14 anos		2640
15-17 anos		2880
18-54 anos	sedentário	2510
	relativamente ativo	2900
	muito ativo	3350

MULHERES

IDADE		ENERGIA EM CALORIAS
09-11 anos		2050
12-14 anos		2150
15-17 anos		2150
18-54 anos	maioria das ocupações	2150
	muito ativa	2500
ALIMENTO		CALORIAS
Uma maçã		50
Bacon (2 fatias)		160
Uma banana		80
Feijão	— 1 porção	150
Um biscoito	— chocolate	50
	— waffle	100
	— recheado	60
Pão de forma	— 1 fatia	100
Pão/Manteiga/Geléia		250
Manteiga 30 g		210
Tortas e pães	— rocambole de chocolate	120
	— pão-doce	255
	— rosca	125
	— torta de maçã	210
	— torta de creme (1 fatia)	250
	— tortinha de geléia	105
Uma cenoura		20

Cereal	— 1 porção	130
Batata frita	— 1 porção	440
Barra de chocolate		315
Batata frita industrializada	— 1 pacote	135
Pepino	— 1 porção	12
Bebidas	— Coca-Cola	130
	— Diet Pepsi	0
	— suco de fruta	85
	— milk shake	365
	— chá (c/ leite e açúcar)	40
Peixe	— 1 porção	460
Um hambúrguer		500
Sorvete	— de creme com chocolate	130
	— de casquinha (1 bola)	100
	— picolé	55
Uma costeleta de carneiro		175
Leite	— 1/2 l	360
	— 1/2 l desnatado	200
Uma laranja		50
Uma pizza (inteira)		650
Uma batata	— c/ casca	170
	— c/ casca e manteiga	255
Salsichas	— 2 de porco	370
1 bife magro		300
Uma tangerina		20

Um iogurte	— puro	75
	—de fruta	130

Quarta-feira, 25 de setembro

Chamei a Cilla para ir ao cinema. Socorro! Ela topou!

Capítulo 15

VERRUGAS E ORIFÍCIOS DE ODORES REPULSIVOS

Terça-feira, 1 de outubro

Os professores são que nem os pais. Funcionam na base do “faça o que eu digo, mas não faça o que eu faço”. A tão aguardada aula de “orientação pessoal” no fim era só uma aula de higiene. O Prof. Rogers passou a aula inteira explicando que a gente tinha que lavar todos os orifícios do corpo, trocar de cueca todo dia (já estou com medo da minha estar me deixando estéril antes de eu ter tido uma chance de experimentar) e usar desodorante. Ele também passou horas falando dos malefícios de se limpar o nariz com o dedo, coçar a bunda, peidar e arrotar. Só que pelo hálito dele dá para saber a dez metros de distância o que ele comeu no café da manhã, que marca de cigarro fuma e que tipo de cerveja toma no almoço. Mas hoje ele quebrou o próprio recorde (e o do tio Bob também). Ele conseguiu soltar um peido (do tipo que não faz barulho, altamente venenoso), arrotar e coçar a bunda ao mesmo tempo. Depois ele olhou para o Sam como se ELE fosse o culpado.

O nauseante cheiro de suor misturado com fedor de chulé — ou, como diria o velho William Shakespeare, “A mais nojenta mistura de cheiros repulsivos que algum dia ofendeu as narinas de alguém” (As alegres comadres de Windsor) — que ainda paira no vestiário depois dessa aula prova que não ia fazer a menor diferença se o Prof. Rogers entrasse em greve para sempre (isso apesar do folheto “Vamos manter a limpeza”, que ele distribuiu em sala).

O dever de casa foi escrever uma redação explicando “Por que as pessoas cheiram mal”, A intenção era estimular o nosso interesse pelo assunto. Quase fui decapitado quando fui tirar o Manual de Medicina da Universidade de Oxford da estante. Por pouco ele não caiu na minha cabeça. Lá, eu descobri (depois de traduzir o texto com a ajuda do meu dicionário de medicina) que quase todos os cheiros são produzidos por glândulas especiais, chamadas “glândulas apócrinas”. Essas glândulas se encontram no axila e

em volta dos mamilos (os meus não são lá grande coisa) e em torno do pênis e do ânus. Elas só começam a funcionar na puberdade e produzem uma substância que é uma mistura de células mortas e gordura. Essa substância é decomposta pelas bactérias que vivem na nossa pele, formando os produtos químicos que causam o nosso odor corporal — o temido cecê.

No reino animal, o cheiro é muito importante para demarcar territórios. Não consigo imaginar ninguém demarcando o vestiário como se fosse um território importante. As glândulas apócrinas (e o cheiro que elas soltam) são uma espécie de órgão sexual. Então por que é que eu não fico excitado com o sovaco da Cilla? Nas mariposas é diferente. Existem pequenas moléculas de substâncias químicas simples, chamadas “ferormônios”, que ficam flutuando no ar como se fossem ondas de rádio. Elas estão sempre enviando mensagens para a gente através do nariz. É que nem um cheiro, só que a gente nem repara. A diferença é que os ferormônios podem modificar o nosso comportamento. No livro diz que a mariposa fêmea pode liberar um produto químico chamado “bombicol” numa quantidade tão grande, que pode atrair na mesma hora um trilhão de machos, mesmo que eles estejam a quilômetros de distância. Sorte que ela é um pouco mais contida e se contenta com meia dúzia de cada vez. já pensou o que eu ia poder fazer se existisse um equivalente humano? Ele ainda não foi descoberto, mas não há nenhuma prova de que não exista.

Os desodorantes matam as bactérias que vivem na pele. Só que eles também destróem os ferormônios. Isso pode interromper intermináveis conversas subconscientes sobre sexo. Algumas coisas que a gente come (feito o alho) acabam saindo por essas glândulas. Além disso, mudanças de temperatura do corpo (quando você está com febre, ou quando está fazendo calor, por exemplo) aumentam a velocidade com que as bactérias trabalham, fazendo com que o seu cheiro fique ainda mais forte.

Além dessas, tem também as glândulas sudoríparas—que se chamam “glândulas exócrinas”. Existem cerca de três ou quatro milhões de glândulas desse tipo espalhadas pelo nosso corpo, incluindo as mãos e o rosto. Elas produzem em média 500 centímetros cúbicos de suor por dia, mas podem chegar a produzir de três a quatro litros em uma hora. Pois é, a gente é um chafariz de suor em potencial. No livro também dizia que o “homem” (alguém devia falar de preconceito sexual com esses caras) utiliza a evaporação do suor na pele para se refrescar, ao contrário de outros animais que usam materiais isolantes para se proteger do calor, ou ficam com a língua de fora (como o cachorro).

Emoções fortes e ansiedade também fazem a gente suar (eu é que sei. Quando finalmente criei coragem para pegar na mão da Cil no cinema semana passada, ela deve ter achado que estava segurando uma esponja molhada). Muitos adolescentes reclamam que estão sempre com o pé ou a mão molhados e se queixam do cheiro que as bactérias soltam quando decompõem a pele morta e o tecido das roupas — e eu que pensei que as minhas cuecas estavam caindo aos pedaços porque eu não estava mais cabendo nelas!

Tirei dez na redação de Orientação Pessoal, Não foi mais do que eu esperava.

O Randy Jo encontrou em casa um artigo chamado “Palavras favoritas”, sobre um grupo de médicos que perguntou a cem crianças as palavras que elas usavam para falar do pênis e da vagina. A pesquisa não empolgou muito o Prof. Rogers. Ele disse que o Randy Jo tinha a mente suja. Como felizmente eu também tenho a mente suja (que nem os médicos que fizeram a pesquisa), o Randy Jo deu o artigo para mim.

Palavras favoritas para pênis:

Pau, peru, pinto, piu-piu, pintinho, pirulito, pênis, cacete, passarinho, xixi.

Palavras favoritas para vagina:

Xoxota, perereca, periquita, xereca, bibinha, baratinha, pepeca, bimbina, vagina, boceta, pomba, pombinha, xerereca, borboleta, florzinha, pixirica, ximbica, pipa, pipi, xexeca, luluca, pixoca, pixirreca, xixi.

Palavras favoritas para ânus:

Bumbum, bunda, cu, traseiro, bundoca, bubu.

Palavras favoritas para testículos:

Saco, ovos, colhão, bola, bolinha.

Palavras favoritas para defecar:

Pupu, popô, caca, cagar, fazer cocô, caquinha, dar uma barrigada.

Palavras favoritas para peidar

Peidar, soltar pum.

Palavras favoritas para urinar

Fazer xixi, mijar, fazer pipi, tirar água do joelho.

Palavras favoritas para vomitar:

Passar mal da barriga, botar para fora, lançar.

Coitado do cara que chama o pau de piu-piu.

Quarta-feira, 2 de outubro

Pularam em cima de mim na piscina hoje. Quase me afoguei. Que jeito de morrer: afogado no mijo dos outros. O Prof. Rogers estava vigiando a gente. Foi ele que me tirou da piscina. Disse que o afogamento é uma das principais causas de morte entre as crianças. Fica logo atrás dos acidentes de carro e das queimaduras. Segundo ele, é mais fácil eu morrer afogado do que de AIDS. Fiquei indignado com esse tipo de especulação a respeito da minha futura vida sexual. Bom, o que interessa é que eu não morri. Só fiquei com o olho ardendo por causa da mistura de cloro e urina na piscina (apesar de eu não ter nenhuma culpa no cartório dessa vez). Para o Professor, a piscina é o paraíso dos vírus e dos fungos.

— Um novo perigo a cada braçada — ele afirmou com prazer.

É verdade. Toda vez que eu peguei pé-de-atleta foi na piscina ou no chuveiro do vestiário. Acho que não é muito sério, só é um saco. Você fica o tempo todo tentando tirar o sapato para coçar o pé, torcendo para ninguém ver. A mamãe sempre me dá a maior bronca. Ela diz que eu não seco direito entre os dedos (eu já não tenho idade para brincar de “cadê o docinho que estava aqui?”) e que tenho que jogar fora o meu tênis velho. Eu prefiro ficar com chulé e com a pele do pé descascando do que usar sapato de couro. Resultado: ainda estou trocando de sapato escondido na garagem. Quando o meu chulé começa a ficar insuportável, ela sutilmente bota uma lata de talco e um tubo de pomada junto com as minhas meias limpas. Eu sou uma verdadeira farmácia ambulante. já experimentei de tudo: Fungodermol, Fungol, Iodermol, Tenys-pé

Sexta-feira, 4 de outubro

A Susie está cheia de verruga. Elas apareceram de repente no dedão. Será que foi de tanto chupar o dedo? Acho um nojo. Tomara que eu não pegue. Ninguém mais ia querer ficar de mão dada comigo. Já pensou? Logo agora que eu estou começando?

Sábado, 5 de outubro

Ela está ficando igual a um sapo velho. Agora as verrugas passaram para o pé. Pensei que não desse verruga no pé, mas dá sim. Só que na maioria das vezes elas crescem para dentro por causa da pressão. Ela não pára de passar um negócio chamado ácido

salicílico no pé. Diz ela que serve para matar a pele onde está a verruga. Depois você tem que raspar com pedra-pomes. Não estou gostando muito da idéia de tomar banho depois dela — não que eu tome muito banho de qualquer maneira. Pelo menos agora ela tem outra coisa com que se preocupar além do peso.

Domingo, 6 de outubro

Três amigas da Susie vieram “brincar” aqui em casa hoje. Só se falou de verruga no lanche. Não consegui nem comer o meu misto quente. A Kate disse que o melhor era esfregar carne crua na verruga e depois enterrar. O problema é que quando ela fazia isso, o cachorro ia lá, desenterrava a carne e comia. A mãe dela mandou usar ração de cachorro da próxima vez, que era mais barato. O pior é que não adiantou nada: ela ficou com mais verruga ainda. Agora estava experimentando uma receita da avó: esfregar a verruga com seiva de dente-de-leão e depois prender a flor num espinho de rosa. Com alguma sorte, a verruga cai quando o dente-de-leão morre. Se isso não funcionar, a avó dela disse que o negócio é ir a três enterros e dizer “Leve a minha verruga contigo” cada vez que o sino tocar. Minha mãe disse que quando ela era nova (isso já faz um tempão), diziam que você tinha que cuspir em cima da verruga todo dia de manhã. Ela tentou e não funcionou — mas também ela vivia esquecendo. A Mary disse para a Susie tentar mijar em cima da mão, mas eu lembrei que era mais prático ir nadar na piscina da escola.

Segunda-feira, 7 de outubro

Estou em pânico. Tem alguma coisa nascendo no meu joelho. Ninguém passou a mão lá recentemente, mas de hora em hora eu cuspo em cima, só para garantir. Não acerto nunca, mas pelo menos o meu sapato fica mais limpo

Sexta-feira, 11 de outubro

Amanhã a mamãe vai levar a Susie a um “quiropodista” para tratar das verrugas. Não falei para ela do meu joelho, mas disse que ia junto para fazer companhia.

Sábado, 12 de outubro

Descobri o que é um “quiropodista”. É um médico que trata do pé. Deve ser um trabalho fedido, se todos os pés forem que nem o meu. A médica disse que o que estava nascendo no meu joelho não era uma verruga. Era só uma espinha. Ia passar rapidinho, se eu parasse de cuspir em cima. Ela deu uma olhada no meu pé e passou o maior sermão sobre a importância de usar um sapato que coubesse direito, se não você fica

cheio de calos por causa do atrito. Bom, pelo menos calo não é contagioso, que nem eu achava.

Quando chegou na vez dos pés da Susie (não sei como a médica conseguiu chegar perto deles), ela ficou toda excitada e começou a fazer outra palestra. Disse que verruga É contagioso. Elas aparecem por causa de algum vírus que penetra na pele através de um corte ou rachadura. Os lugares em que mais se pega verruga são as piscinas e os vestiários (que nem como pé-de-atleta). Elas costumam aparecer entre os 12 e os 16 anos, mas tem gente que NUNCA pega verruga — ou pega uma só de vez em quando — enquanto tem gente que pega um monte. Ninguém sabe por que (eu acho que tem muita coisa que as pessoas não sabem, afinal).

Metade das verrugas some em dois anos, mesmo sem tratar. Deve ser por isso que enterrar carne no jardim e ir a enterro PARECE que funciona. Se você passa algum remédio, tipo ácido salicílico, três quartos das verrugas somem em três meses. Acho que isso é bem melhor. Com as que não desaparecem, o jeito é queimar, congelar ou então raspar a pele morta.

Isso já deixou a Susie mais aliviada, apesar dela ter achado que as verrugas iam sumir da noite para o dia passando ácido. Ela não ficou muito animada com essa história de queimar e congelar. A quiropodista também disse que a Susie podia ir nadar, desde que cobrisse as verrugas com curativo.

Domingo, 13 de outubro

Achei uns pedaços de pele da Susie no banheiro hoje de manhã. Usei o banheiro do andar de baixo. O Sam apareceu usando tanto perfume, que estava difícil respirar. Eu disse a ele que apesar da natureza estar cheia de cheiros super gostosos, que nem o cheiro das flores, eles nem sempre caem bem nos seres humanos.

Terça-feira, 22 de outubro

A Cilla foi ao cinema com o Randy Jo outra vez ontem. Ele passou o dia inteiro me contando como é que foi. Não é que eu esteja com ciúmes, mas ele tem mais acne do que eu e gasta a mesada inteira comprando a Playboy. Não sei como ele pôde querer sair com a Cilla depois de passar tantas noites com a Miss Outubro. De qualquer maneira, quando cheguei perto dela no cinema, tive a impressão de que a Cilla tinha um pouco de mau-hálito — mas não o bastante para me fazer desistir. Vi no Livro Guinness de Recordes que teve um cara na Califórnia, chamado Roger Guy English, que beijou 3.000 garotas

em oito horas. Isso dá um beijo a cada 9,6 segundos. Tem mau-hálito aí para me deixar enjoado pelo resto da vida.

Quarta-feira, 23 de outubro

A minha mãe levou a gente ao dentista. Só porque a Susie precisa ajustar o aparelho, a velha tinha que se lembrar de mim também. Eu morria de medo da minha dentista antiga. Ela me prendia na cadeira e ficava irada quando eu gritava de dor. Ainda bem que ela foi à falência. Bem feito. Eu detesto dentista. Eles conseguem mentir mais do que os políticos. Prometem que não vai dar para sentir nada, mas você sai de lá morrendo de dor e com a impressão de que os seus lábios estão do tamanho do traseiro de um gorila. Alguns ainda têm algo de humano. Que nem esse dentista novo em que eu fui. Ele é legal. No consultório dele tem um monte de modelos de nave espacial e ele fica contando piada o tempo todo. Quando a gente está com um monte de coisas esquisitas enfiadas na boca, é mais fácil rir do que ficar respondendo a perguntas idiotas. Ele diz que é um saco ficar tratando de dentes podres todo dia só porque as pessoas não se dão ao trabalho de cuidar deles direito. Ele me deu um folheto para ler enquanto mexia na boca da Susie. Peguei outra cópia para dar à Cilla e ao Randy Jo.

BONS DENTES BOA= APARÊNCIA

Ter dentes saudáveis não é uma questão de sorte

Não se esqueça: se você pára de cuidar dos dentes, eles ficam sujos e encardidos. O mais grave é que eles acabam se estragando e começam a doer. Isso pode provocar mau-hálito e gosto ruim na boca.

Este folheto vai ajudar você a descobrir o que é bom para o seus dentes e o que faz mal. Consulte o seu dentista para maiores informações.

Ao contrário do que você pode imaginar, ninguém tem dentes saudáveis e bonitos por acaso. É preciso saber como tratar de seus dentes.

INIMIGOS

“A cárie”

As bactérias atacam os restos de açúcar que ficam presos no dente, produzindo uma espécie de ácido. Este ácido corrói o esmalte e depois vai penetrando no dente. É isso o que causa a dor de dente. O açúcar é o inimigo número-um do dente.

O açúcar

Ele não é necessário. Faz mal ao dente. Principalmente se você chupa bala e toma refrigerante entre as refeições. Essa é uma das principais causas da cárie. Se você realmente não consegue abrir mão do doce e do refrigerante, deixe para tomá-los apenas durante ou depois das refeições.

A placa

Nós todos temos placas no dente. Passe a língua pelos dentes. Você vai sentir uma substância áspera e grudada. Isso é a “placa”. Mas não precisa se preocupar. O que interessa é quanto tempo você deixa a placa se acumular. É por isso que escovar os dentes é tão importante. As bactérias que se encontram na placa fazem mal à gengiva. O primeiro sinal disso é quando a gengiva começa a sangrar quando você escova os dentes. Depois de algum tempo, a gengiva e o osso que segura os dentes são destruídos. Então os dentes ficam moles e caem.

Sangramento das gengivas

Não é natural a gengiva sangrar, mesmo que você não sinta dor. Se você não escova os dentes regularmente, pode começar a aparecer sangue na sua escova. Se isso acontecer, você deve começar a escovar os dentes com maior frequência (por mais estranho que pareça. Se isso não adiantar, consulte o dentista.

AMIGOS

A sua escova de dentes, é claro

Com certeza você já escova os dentes com uma certa regularidade. Mas você faz isso da maneira correta? Não é fácil. O mais difícil é remover a placa que se acumula no local onde a gengiva encontra o dente. O seu dentista pode mostrar exatamente onde e como escovar.

Também é importante escovar os dentes regularmente. Você penteia o cabelo todo dia. Então por que não escovar os dentes todo dia também?

O flúor

Use sempre pasta de dente com flúor. O flúor é uma substância natural. Ele é encontrado em pequenas quantidades em vários alimentos — como no chá e no peixe — e também na água. Ele se liga ao esmalte, deixando o dente mais forte e resistente às cáries.

Entre as refeições, coma apenas coisas gostosas que não façam mal aos dentes

Para que chupar bala? Por que não comer castanhas, uma fruta, uma cenoura ou um aipo? Dê uma olhada a sua volta. Você vai descobrir muitos petiscos que não fazem mal aos dentes.

O DENTISTA

Esse é um amigo de verdade!

Não pense que o dentista está aí só para meter a broca no seu dente. Se você for ao dentista regularmente, pode ser que isso nunca seja necessário! O dentista examina os seus dentes com cuidado e trata deles sempre que necessário. Além disso, ele pode dar dicas de como você deve cuidar de seus dentes.

Encare seu dentista como alguém que vai ajudar você a **MANTER** seus dentes. E sua boa aparência.

Procurando um dentista?

Uma das melhores maneiras de encontrar um bom dentista é perguntar aos amigos. Eles com certeza terão algum para recomendar.

Sempre que você tiver alguma dúvida, consulte o seu dentista.

Tive que fazer uma obturação, O pior foi quando ele enfiou um monte de pedaços de algodão, um sugador e uma broca na minha boca, tudo ao mesmo tempo. Pensei que fosse me afogar no meu próprio cuspe. Fiquei o tempo todo tentando não engolir. Enquanto isso, ele não parava de falar. Disse que basta escovar os dentes com cuidado **UMA** vez por dia (usando, é óbvio uma escova de dentes e uma pasta **COM FLUOR**). Se todo mundo fizesse isso e parasse de comer doces a toda hora (as pessoas podiam comer doce só às quartas e aos sábados, por exemplo), quase não ia ter mais problemas de dente. Se o governo botasse flúor na água (que nem fazem em Moscou, Nova York, Birmingham, Dublin e Sidney), também ia melhorar. Mas uma criança na Inglaterra come em média 118 gramas de açúcar **POR DIA**. As bactérias transformam o açúcar que fica na nossa boca em ácido. Esse ácido corrói o esmalte do dente em questão de segundos.

Ele também disse que uma em cada três pessoas com mais de 6 anos não tem mais nenhum dente — nenhum! (a vovó está assim. Ela guarda a dentadura reserva num saco plástico no armário do banheiro). Mais de 90% das pessoas com 15 anos de idade têm pelo menos **UMA** obturação (agora eu também entrei para essa estatística). Depois ele ensinou qual era a maneira correta de se escovar os dentes: passar a escova com

cuidado por cima de todo o dente, com movimentos rápidos para a frente e para trás, por dentro e por fora, principalmente no local onde a gengiva se junta ao dente. Não achei muito difícil. Era isso mesmo que eu já fazia.

Pelo menos eu não estou cheio de arame na boca que nem a Susie. Ela tem que botar uma mordaca de noite — “para o seu próprio bem”, segundo a mamãe — porque é dentuça. Além disso, os dentes dela são todos tortos, e tem um baita espaço no meio (que nem a noiva do Drácula) que ela não consegue limpar com uma escova normal.

Sexta-feira, 25 de outubro

A Sssusssie disse que a senssssação que dá é de que ela essstá com dezzzessesseis fileirasss de dentes. Ela essstá falando asssim o tempo todo.

Sábado, 26 de outubro

A Susie está enchendo o saco da mamãe para ganhar alguma coisa para compensar o aparelho. Ela quer furar a orelha. Duas colegas dela furaram a orelha com uma agulha que elas tentaram “esterilizar” segurando em cima de uma vela. Mamãe ficou HORRORIZADA. Disse que se pega um monte de doenças desse jeito — incluindo AIDS e hepatite. Ela só furou a orelha quando fez 20 anos, mas se a Susie queria furar a dela agora, tinha que ser num lugar que tivesse licença e que usasse uma agulha esterilizada de verdade.

A Sal, “para variar”, é uma especialista no assunto. Tem cinco brincos numa orelha só. Ela também disse que é melhor furar a orelha numa farmácia, apesar de ser um pouco mais caro. Ela foi furando a orelha aos poucos. O melhor foi quando um namorado deu um brinco de ouro de nove quilates para ela. Os brincos baratos que ela usava antes inflamavam a orelha. Quando a Sal furou a orelha pela última vez, a mulher disse que fazer o furo era só o começo. Ela tinha que usar os brincos um mês sem parar, manter o lóbulo da orelha bem limpo e de vez em quando rodar os brincos.

Nem assim a Susie desistiu. Ela vai furar a orelha semana que vem.

Capítulo 17

ALGUNS DIAS SEM ESCOLA

Quarta-feira, 6 de novembro

A gente fez uma guerra de fogos de artifício ontem, mas foi um desastre. A única coisa que explodiu de verdade foi o Nick. Primeiro ele levou um rojão na cara, depois teve que

encarar os pais. E os pais ainda tiveram que escutar a falação do médico quando levaram o Nick para tratar das queimaduras no rosto. Ele foi parar no hospital. Estava com “queimaduras de segundo grau”: a pele dele ficou cheia de bolhas e de manchas vermelhas. De vez em quando uma bolha estourava e soltava uma agulhinha. Além disso, ele estava morrendo de dor. Botaram um curativo especial e disseram que talvez ele tivesse que fazer um enxerto de pele. Provavelmente ele ia ficar com a cicatriz pelo resto da vida. Foi sorte ele não ter ficado cego.

A única besteira que eu fiz foi pegar uma estrelinha usada antes dela esfriar. Sorte que minha mãe tinha acabado de ler o meu manual de primeiros-socorros, Lá dizia que eu tinha que botar a mão na água gelada (e não no gelo) NA MESMA HORA e não tirar durante PELO MENOS cinco minutos. Isso esfria a queimadura, diminui a dor e não deixa que tantas células morram. No manual também dizia que o tipo de queimadura que o Nick arranhou tinha que ser tratado por um médico na mesma hora. Uma queimadura feito a minha dói pacas. Mas uma queimadura mais profunda não dói tanto, porque destrói um monte de nervos.

Hoje de manhã apareceu uma bolha enorme na minha mão (ainda bem que foi na esquerda). Estou doido pra estourar, mas a mamãe não deixa. Ela diz que a pele da bolha está protegendo as células danificadas de alguma infecção. Mas eu acho que a queimadura de sol que eu tive no verão foi pior. A impressão que eu tenho é que ela está latejando dentro da minha cabeça. Eu estava meio mole, então fui dormir cedo

Quinta-feira, 7 de novembro

Fui tentar me arrumar hoje de manhã, mas desisti. Fiquei deitado no sofá da sala com o aquecedor ligado, no maior conforto. Aí a minha mãe apareceu. Ela me deu a maior bronca e me mandou desligar o aquecedor, porque gastava muita eletricidade. Expliquei que estava me sentindo super mal, mas ela não quis nem saber. Disse que se eu estava doente de verdade, era para eu ir deitar na cama. Ela pensou que fosse só tapeação, mas mudou de idéia quando foi tirar a minha temperatura: 39,5 graus. Engraçado. Apesar de estar 2,5 graus acima da temperatura normal, eu estava morrendo de frio. Qual será a temperatura máxima que a gente atinge? Aposto que as pessoas morrem quando chegam nos 45 graus... acho que já estou quase lá.

Mamãe chamou a médica. Ela veio e disse que devia ser Só uma gripe, causada por um vírus. Devo ficar bom daqui a uns três ou quatro dias. Ela disse que não tinha que fazer nenhum tratamento: só ficar na cama, tomar bastante líquido e tomar um analgésico de

seis em seis horas. O analgésico faz a febre baixar e melhora a dor de cabeça. Se eu morrer vai ser culpa dela. contei para ela das dores de cabeça que eu estava sentindo há umas duas semanas, que nem aquela que eu tive quando a mamãe e o papai estavam fazendo os seus “debates”. Ela olhou no fundo do meu olho com uma lanterna—que nem fizeram no hospital, quando sofri o meu acidente. Terminou dizendo que não era tumor no cérebro. Não era nada grave. Fiquei super aliviado. Eu já estava ficando preocupado.

Ela ainda fez um monte de perguntas sobre a minha vida em casa e na escola. Mas disse que existem várias causas para a dor de cabeça: você pode estar tenso ou chocando alguma doença. Geralmente passa sem a gente saber por que ela apareceu. Se for enxaqueca, a dor quase sempre fica só de um lado da cabeça e você enxerga umas linhas esquisitas antes dela começar. Ela disse que isso é hereditário. Ainda bem que ninguém na minha família tem enxaqueca.

Depois que ela foi embora, o frio passou e eu comecei a suar feito um doido. Joguei o cobertor pra longe. Dava pra fritar um ovo na minha testa. Falei pra minha mãe que não queria tomar muito analgésico. Li em algum lugar que é bom ter um pouquinho de febre para acabar com a doença. Tomei só uma para ver se melhorava a dor. Não estou conseguindo mais escrever. Minha cabeça está estourando.

Sexta-feira, 8 de novembro

Estou morrendo. Ninguém está nem aí. Eles vão se arrepender. Mas aí já vai ser tarde demais. Menos a minha mãe. Ela é a melhor enfermeira do mundo. Botei o termômetro. Estou com 40 graus.

Sábado, 9 de novembro

Não morri. Agora estou com 38,5 graus. A Susie está desesperada porque a orelha dela ficou inflamada. Mamãe disse para ela não parar de passar a loção, que ia melhorar num instante, O Randy Jo está pensando em botar um brinco no nariz. Acho que ele pensa que assim vai ficar mais sexy.

Segunda-feira 11 de novembro

Estou com 37 graus. A febre passou. A Susie é que não está legal agora. Ela voltou mais cedo do colégio. Não é gripe (ainda!). Ela não queria dizer o que era. Mas depois de eu dar um apertado, confessou que era cólica menstrual. Agora eu sei oficialmente que ela já ficou menstruada.

Hoje eu estou bem melhor, mas antes estava péssimo. Nunca me senti tão doente. Pensei que a minha cabeça fosse explodir. Eu nem conseguia dormir. A noite passava super devagar, e eu ficava só esperando a manhã chegar. O pior era a dor. Eu estava pelando, mas ao mesmo tempo morria de frio. A mamãe está de mau-humor porque a gente está em casa. Acho que é porque ela não pode ir trabalhar. Já vi que ela está gripada. Mandeí ela tomar um analgésico e se deitar.

Passei metade do dia vendo desenho animado de pirralho, novela e um programa sobre o cérebro humano. A dor de cabeça passou. Descobri que o cérebro mais pesado que encontraram até hoje foi o do Turgenev, um escritor russo. Ele pesava 2.012 gramas, enquanto o cérebro humano pesa em média 1.410 gramas. Também passei um bom tempo lendo escrevendo no meu quarto. Enchi o meu super cérebro (que é dez vezes maior do que o cérebro de um gorila, apesar desse terror das selvas ser três ou quatro vezes mais pesado que a minha mãe) com informações sobre o meu corpo.

O meu corpo possui cinco litros de sangue, e o coração bombeia 90 centímetros cúbicos por batida. Em um minuto, ele bombeia cinco litros, ou seja, o total de sangue do meu corpo. Quando a gente faz um exercício puxado, ele chega a bombear 30 litros por minuto, isto é, todo o meu sangue percorre o meu corpo inteiro seis vezes em um minuto. Aqui vão outros fatos sobre o meu coração: ele pesa cerca de 260 gramas e o seu batimento normal é de 70-75 vezes por minuto. Mas numa fração de segundo ele pode passar de 45 para 200 batidas por minuto quando faço exercício, O coração é formado por 200.000.000.0 de células. Isso é incrível, se a gente pára para pensar que o nosso corpo inteiro começa com só duas células. Tem 96.560 quilômetros de artérias, veias e capilares no corpo humano, e é por aí que passa todo o nosso sangue. Também aprendi na TV que tem 1.000.000.000.000 de células nervosas no nosso cérebro. Depois que a gente faz 18 anos, a gente começa a perder cerca de 1.000 células por dia (quem será que teve o trabalho de contar todas essas células e de ver quanto mede os nossos vasos sanguíneos?). Os rins filtram 90 litros de sangue diariamente. Isso significa que todo o sangue do nosso corpo é filtrado 17 vezes a cada 24 horas, mas a gente só joga fora dois litros de resíduos na forma de urina.

A Susie vive se enfiando no meu quarto para ver o que eu estou fazendo. Era melhor ela bater na porta. Um dia vai acabar vendo o que não quer. Ela está sem nada pra fazer. Eu disse pra ela dar o fora, mas ela contou que eu perdi outro debate sobre sexo no colégio.

A pentelha conhece os meus pontos fracos. Tive uma brusca mudança de interesse. Sorte que ela trouxe um folheto para casa.

VOCÊ PODE DIZER NÃO!

O seu corpo só pertence a você

Você pode conhecer uma pessoa há muito tempo e gostar muito dela. Mas às vezes ela pode começar a fazer coisas de que você não gosta. Pode começar a tocar você de um jeito esquisito. Pode ser que seja uma pessoa de quem você gosta e que sempre foi legal. Por isso, você acha que não pode pedir para ela parar. Mas você pode e deve. Não deixe ninguém tocar em você de uma maneira que você não goste, mesmo que seja um adulto com quem você sempre se deu bem. Ou mesmo que seja alguém da sua família. Ou um vizinho.

Os estranhos

Provavelmente já disseram muitas vezes para você não aceitar doces de estranhos, nem entrar no carro de alguém que você não conhece, porque podem fazer coisas ruins com você. Mas há pessoas que a gente conhece que também podem fazer coisas ruins. Algumas vezes elas tentam convencer a gente de que essas coisas não são ruins.

Não há nada de especial em sofrer abusos sexuais!

Pode ser que uma pessoa diga que o que ela sente por você é especial. Ela diz para você guardar segredo, porque os outros não vão entender. Pode ser que ela realmente faça você se sentir especial. Mas isso acontece com muitos meninos e meninas, e não é nada especial.

Não é justo que um adulto obrigue você a fazer coisas que você não entende

Na verdade o adulto (ou, às vezes, o adolescente) não está sendo nada justo. Ele é maior do que você e sabe muito mais das coisas- Ele pode obrigar você a fazer coisas que você na verdade não quer. Mais tarde, quando realmente começar a entender, você vai ficar muito zangado.

Estou dizendo “ele”, mas também pode ser uma mulher.

Procure alguém que possa ajudar

Se você não consegue fazer a pessoa parar de mexer com você, e nem pode evitá-la, fale com alguém que você acha que pode ajudar: pode ser uma professora, a sua mãe, uma

irmã mais velha ou uma policial feminina. Se você falar com alguém e esse alguém não acreditar ou tiver medo de ajudar, então procure outra pessoa. Continue tentando até achar quem realmente possa ajudar.

Também conte aos seus amigos. Assim, eles podem passar a evitar essa pessoa. Os pais deles também podem ajudar.

Não deixe ninguém implicar com você

Se uma amiga sua contar para você que ela está sendo molestada por alguém, não implique com ela. Tente ajudar no que for possível. É muito ruim enfrentar um problema desses sozinha- Você começa a pensar coisas do tipo: “Deve ter alguma coisa errada comigo, senão ele não teria feito isso.” Isso não é verdade. O problema não é você. É ele.

A culpa não é sua

Realmente dá muito medo quando uma coisa dessas acontece. Mas você pode dizer “Não!” e pode ter certeza que a culpa não é sua. A pessoa não age dessa maneira por causa de alguma coisa que você fez. Ela provavelmente já fez isso com outras crianças e vai continuar se ninguém impedir. A gente diz que não gosta de dedo-duro, mas isso é diferente. Se você contar o que está acontecendo, não vão mais deixar essa pessoa mexer com ninguém.

LEMBRE-SE: O CORPO É SEU. VOCÊ PODE DIZER NÃO!

A Susie estava achando que tinham feito o debate por causa de uma coisa que aconteceu com uma amiga dela. Quase ninguém sabe disso além da Susie. Há uma semana, a Jane estava indo para casa, e um carro parou perto dela. Ela conhecia de vista o cara que estava dentro do carro, porque era amigo dos pais dela. Ele perguntou como se fazia para chegar num lugar que estava procurando. Ela explicou, mas ele fingiu que não entendeu e pediu para ela entrar no carro e mostrar o caminho. A Susie disse que a Jane sempre foi muito otária — do tipo que ia ser boazinha até com o King Kong se eles se encontrassem na rua. Ela entrou no carro. Ele começou a passar a mão na perna dela e a pedir para ela mexer no pau dele. A Jane ficou irada e começou a gritar. Aí ele ficou todo bonzinho de novo e disse que dava uma bala se ela não contasse pra ninguém. Ele disse que era um segredo especial SÓ DELES dois, e que eles iam se dar mal se alguém descobrisse. A Jane ficou sem saber o que fazer. Achou que a mãe dela ia ficar uma fera, mas mesmo assim contou tudo. A mãe disse que a culpa não era dela, era do cara. A Jane ficou super

aliviada. Um tempo depois, quando ela já estava mais calma, a mãe contou que o cara estava se tratando e ia se mudar para outra cidade.

A Susie contou que o debate sobre sexo no colégio foi igual às coisas que minha mãe e meu pai já tinham repetido milhares de vezes: não aceite carona nem presentes de estranhos, e tome cuidado até com os amigos! Às vezes é difícil saber quando as pessoas estão só fazendo carinho, te abraçando e te beijando, ou quando elas querem fazer alguma coisa ruim contigo. Mamãe diz que o essencial é saber que esse tipo de coisa pode acontecer. E que se acontecer, a gente pode dizer NÃO. Com toda a força, com todo o corpo: empurrando, ficando zangado (ao invés de ficar paralisado de medo). A gente SEMPRE deve contar o que aconteceu para alguém. O melhor é não entrar numa situação da qual a gente não sabe como escapar. Se bem que algumas coisas, tipo o exibicionista da igreja, são difíceis de se evitar.

A Susie disse que está a fim de ter aula de defesa pessoal. Não consigo imaginar a Susie quebrando alguém ao meio com um só golpe, mas disse que era uma boa idéia. TODAS as mulheres da família estão com problemas 'menstruais'. Sempre fica o maior silêncio quando eu ou o papai chegamos perto. Falei pra ele que ia tentar encontrar um problema exclusivo dos homens.

Terça-feira, 12 de novembro

Não sei se quero ou não voltar para a escola. Estou de saco cheio de ficar em casa, mas vou ter um monte de coisas para estudar quando voltar. Aposto que ninguém vai acreditar que eu estava doente. Nenhum colega meu veio me visitar.

Quarta-feira, 13 de novembro

Legal ver o pessoal de novo. Mas agora é o 5am que está faltando por causa da gripe. Parece que está passando para o colégio inteiro. A gente fez Educação Física com um professor substituto. O Sr.Jones também está gripado. Tomara que o professor substituto pegue uma coisa ainda pior. Ele achou que eu estava embromando quando pedi para não jogar futebol porque estava cansado demais.

Quinta-feira, 14 de novembro

Peguei emprestado um livro super engraçado, chamado O melhor amigo do homem. É a história de um pênis que pensa e fala sozinho. Acho que vou emprestar para a Cilla.

Capítulo 18

Quatro Olhos

Segunda-feira, 25 de novembro

Outro dia péssimo. A D. Smellie me mandou sentar na primeira fila porque eu “não estava me concentrando”. Eu estava me concentrando, só que em copiar o dever de casa do Sam sobre uma matéria que eu tinha perdido quando estava doente. Tive que abandonar a carteira que eu tinha escolhido estrategicamente no fundo da sala para ficar fora do campo de visão da professora. Fiquei tão irado e tão sem graça que tropecei enquanto estava carregando todas as minhas coisas. Deixei cair a última cópia da Camera Weekly quando estava passando perto da Cilla. A revista abriu numa página em que tinha a foto de uma mulher nua tomando banho de sol (eu tinha olhado muito aquela página). Fiquei vermelho até a raiz dos meus folículos pilosos cheios de acne (apesar de já estar melhorando das espinhas), e expliquei para a turma que só tinha comprado a revista porque gostava de fotografia. Enquanto eu juntava as minhas coisas, acho que ouvi a Cilla falar baixinho:

— Mmmm. Acho que ele está se justificando demais.

Depois que o meu mau-humor melhorou um pouco, reparei que estava conseguindo ler o que estava escrito no quadro sem ter que ficar forçando a vista e sem ter que copiar de alguém ao meu lado. Acho que assim eu consigo estudar melhor. Será que estou ficando cego?

Terça-feira, 26 de novembro

Outro pneu furado. Descobri que deixei o tubo de silicone aberto. Agora está seco. Tentei botar a culpa na Susie. Não deu certo. Tive que ir de ônibus para o colégio, mas quase peguei o ônibus errado. Só consegui ver o número do ônibus quando já estava quase passando. Estou com mais medo ainda de estar ficando cego. Será que eu vou ter que usar óculos que nem o papai? Que idéia medonha.

Quarta-feira, 27 de novembro

Estou ferrado em casa. Entortei todas as colheres de chá tentando consertar o pneu. Descobri que a Susie é a maior fera em remendar pneu. Ela disse que consertava quando voltasse da aula de defesa pessoal. Ofereci dez pennies por cada furo que ela consertar a partir de hoje, mas só consegui fechar por 20 pennies. Aposto que ela vai ser vendedora

quando crescer. Aliás, ela está crescendo mesmo. Fiquei me olhando no espelho e tentando imaginar como é que eu ia ficar de óculos. Pode ser que esconda um pouco as espinhas.

Segunda-feira, 2 de dezembro

Levei uma circular para casa hoje avisando que ia ter exame de vista na escola semana que vem. Parece que fazem isso de três em três anos. É a primeira circular que não esqueço no meu bolso e acaba se dissolvendo na máquina de lavar (mamãe adora quando eu faço isso). Estou preocupado com o exame de vista. E se eu não passar e tiver que usar óculos? Pior é que no caminho de casa o 5am chamou o John de “quatro-olhos”. O John disse que quatro olhos é melhor do que dois. Depois alguém perguntou como é que era andar com uma janela no meio da cara. Aí ele respondeu:

— Ah, é bom. Protege do vento.

Acho que ele não se importa muito. Ao contrário do que costumo fazer, resolvi ficar na minha.

Segunda-feira, 9 de dezembro

Hoje é o dia do EXAME. Fui ver se conseguia ler o número dos ônibus no caminho da escola. Mas não. Eu só via um borrão que parecia estar lá longe, no meio de um nevoeiro. Mas dei sorte. Fizeram o exame de vista na hora da Educação Física. Ao contrário da hora do lanche, todo mundo tentou ficar no fim da fila, para faltar à aula o máximo de tempo possível. Hazel Chops, a enfermeira da escola — ela foi comissária de bordo da arca de Noé e deve ter tido pelo menos 18 filhos (será que é por isso que ela foi trabalhar lá no colégio?) — jogou um olhar gelado que botou a gente quieto com a eficiência de um raio laser. Finalmente chegou a minha vez. Fiquei em frente ao cartaz, que parecia estar a uns dez quilômetros de distância. Só consegui ler até a terceira linha. Daí para a frente eu não enxergava mais nada. Entrei em pânico. Sabe quando você sente que vai se dar mal numa prova? Foi assim. Tentei me lembrar das letras da última vez em que eu fiz o exame, mas não consegui. Pedi ao velho Gary Tripa-de-fome para ler as letras do cartaz e depois passar para mim (além de ter um hálito que mata a 40 metros de distância, ele faz qualquer coisa para ganhar um doce — daí os dentes podres e o hálito de orangotango). Infelizmente, nem a gula dele agüentou o olhar da enfermeira. Me ferrei no exame. Pelo menos a Hazel Chops foi super legal comigo quando viu como eu estava triste. Ela disse para eu não ficar preocupado, que não era nada sério. Mesmo

assim, eu ia ter que ir ao oculista, para ele examinar o meu olho com mais cuidado. Eu disse a ela que só de pensar em usar óculos eu ficava arrepiado. Foi aí que eu reparei que ela usava óculos. Fiquei me sentindo péssimo. Ela explicou que uma em cada cinco pessoas da minha idade usa óculos. Na idade dela, quase todo mundo usa (o que ela falou na verdade foi 96%). Não custava nada, então, ir se acostumando desde cedo. Comecei a me sentir um pouco melhor. Mesmo assim ainda não estou gostando da idéia.

Pelo menos eu passei no exame das cores. Você tem que ler um monte de números escritos com pontinhos de cores diferentes. E para ver se você consegue perceber a diferença entre o vermelho e o verde. Se você não passa neste exame, não pode ser nem piloto de avião, nem eletricista. Não que eu queira ser nenhum dos dois. Na verdade eu quero ser um cientista famoso, e a maioria dos cientistas usa óculos. Acho que vou parar de ver TV. Vai ver minha mãe tem razão. E se o meu olho ficou assim de tanto ver televisão?

Quinta-feira, 12 de dezembro

Fui com o Sam e mais um pessoal ver um filme proibido até 15 anos. Eu nunca tinha feito isso antes, então estava apavorado (apesar do meu aniversário ser semana que vem). A gente combinou de comprar uma entrada para o John. Apesar dele ser o mais velho (ele vai fazer 16 mês que vem) os olhos deles mal bate na bilheteria. A gente achou que podia dar algum problema. Estava indo tudo bem, até o babaca do bilheteiro perguntar se o John estava dentro de um buraco, porque senão ele não ia entrar. Ninguém foi ver o filme, para não deixar o John sozinho. Acabei ficando com a minha cota diária de sexo visual prejudicada. Não preciso nem dizer que o John ficou furo. Um professor já tinha perguntado no colégio, hoje mesmo, como é que estava o tempo "lá embaixo" e se ele era o ator que tinha feito o ET. Faço idéia de como ele se sente. Aposto que também vão implicar comigo por causa dos óculos. Falei para ele do tratamento com hormônio de crescimento, mas ele disse que já tinha feito todos os exames e tinha dado normal.

Sábado, 14 de dezembro

Fui ao oculista naquela loja na High Street por onde eu passo todo dia. Nunca tinha reparado antes. Tem mais de uma maneira de ser cego. A oculista me mandou sentar numa cadeira que ficava numa sala escura, cheia de luzes e aparelhos esquisitos. Ela me mostrou um cartão onde estava desenhada uma coisa parecida com urna roda de bicicleta. Eu tinha que dizer quais as linhas que pareciam mais nítidas. De pois eu tive que ler um monte de cartões diferentes, enquanto ela ia mudando as lentes de um

aparelho que ficava na frente da minha vista (que nem quando a gente bota ficha no telefone). Ela era super cheirosa (ao contrário de muita gente que eu conheço). Depois ela olhou dentro do meu olho com uma lanterna que ela chama de oftalmoscópio (eu tive que olhar no dicionário para ver como se escrevia) — igual à que o médico do hospital usou no dia do meu acidente e que a minha médica usou em casa quando eu tive dor de cabeça.

Depois de fazer um monte de exames, a oculista descobriu que eu sou míope e vou ter que usar óculos (grande descoberta). Para consolar, ela disse que cada pessoa é diferente (ainda bem!). Tem gente que é baixa e tem gente que é alta. Também tem gente com o olho de uma forma e gente com o olho de outra (até onde será que vão essas diferenças?). Ela disse que não é uma questão de ter o olho “bom” ou “ruim”. Cada um vê com maior ou menor clareza. Se você já consegue enxergar com clareza, você não precisa de óculos. Mas quando você enxerga com menos clareza, você começa a precisar de óculos.

Existem dois motivos principais para se usar óculos. O primeiro é a MIOPIA, que é o que eu tenho. Quando você é míope, as coisas que estão longe ficam fora de foco, mas de perto elas ficam bem nítidas (é isso que acontece, por exemplo, quando eu leio, ou quando folheio a Camera Weekly). Na HIPERMETROPIA é o contrário: você vê as coisas bem nítidas de longe (consegue enxergar o número do ônibus bem antes dele chegar), mas não consegue ler o que está escrito num livro ou no jornal.

Posso voltar a ver televisão. Ninguém conseguiu provar até hoje que ver televisão ou ler numa luz fraca faz mal à vista (luz fraca só faz com que ler fique mais difícil). A oculista também me falou que a dor de cabeça geralmente não tem nada a ver com a vista.

Depois eu fui escolher uma armação para os óculos. Eu queria ficar com uma pinta de intelectual, mas sem parecer C.D.F. Acho idiota esse negócio de fazer tantos óculos feios. As pessoas ficam sem a menor vontade de usá-los. A oculista disse que eu ia precisar de dois pares, porque eu podia quebrar ou perder um. Apostei cinco libras com a mamãe que não ia perder os meus. Acho que vou tentar juntar uma grana para comprar lentes de contato.

Terça -feira, 17 de dezembro

Estou deprimido. A Cilla saiu da minha festa de aniversário com o Randy Jo.

Sábado, 21 de dezembro

Que jeito de passar a manhã do primeiro sábado das férias. Nada de dormir até o meio-dia e comer um ovo com bacon de café da manhã depois de todo mundo já ter saído. Hoje eu acordei às nove, para ver a minha cara sem óculos pela última vez. Raspei o bigode. Peguei o barbeador elétrico do papai emprestado. Ele não sabe, mas estou torcendo pra ele me dar um barbeador de Natal. Agora eu vou ao oculista. Não vou usar os óculos no caminho de casa. De repente eu posso encontrar alguém. Prometi a mim mesmo (e à mamãe) que vou começar a usar os óculos amanhã.

Domingo, 22 de dezembro

Só usei os óculos dentro de casa. A Susie disse que eu fico muito bem de óculos, mas de um jeito tão irônico que não deu para acreditar. Minha mãe e o meu pai é que me deram a maior força. Principalmente meu pai, que agora tem um “aliado de óculos” em casa. Reparei que fiquei com uma marca vermelha no nariz, bem onde os óculos ficam apoiados. Mais uma coisa para estragar a minha aparência. Papai disse que isso acontece muito quando você começa a usar óculos, mas que a pele vai se acostumando e depois passa.

Segunda-feira, 23 de dezembro

Encontrei com a Cilla fazendo compras de Natal. Ela gostou dos meus óculos — e de mim, pela primeira vez! Ela até me convidou para uma festa hoje à noite na casa da prima dela. Não sei se eu quero ir, depois do que aconteceu na última festa em que a gente esteve junto...

Capítulo 19

SONHOS DE BÊBADO

Quarta-feira, 25 de dezembro

Arranquei as duas últimas páginas do diário e comecei tudo de novo. Hoje é a noite do dia de Natal. O que eu tinha escrito antes estava muito confuso (que nem eu), então resolvi começar de novo, para tentar dar um jeito na minha cabeça. Estou sentindo emoções e sentimentos tão diferentes, que acho que não vou agüentar. Está tudo misturado a Cilla, eu, as festas, o que fazer agora (se é que eu devo fazer alguma coisa...). Ainda por cima,

eu deveria estar me sentindo ÓTIMO por causa do Natal. Na verdade, o meu problema começou por causa disso.

Eu não queria ir na festa com a Cilla porque a última festa em que a gente se encontrou foi muito chata. Todo mundo estava bebendo e eu não. Tinha um monte de penetra e todo mundo estava com a namorada. Mas dessa vez era a Cilla que estava me convidando. Minha mãe disse para eu ir. Eu não podia continuar a ser um bicho do mato pelo resto da vida.

Era a primeira vez que eu ia numa festa em que só conhecia uma pessoa. As festas em que eu vou estão sempre cheias de gente da minha idade, e tem sempre o pessoal da escola. Não ameaçavam muito. Essa era diferente. A prima da Cilla tem 18 anos. Eu e a Cilla, os dois com 15, éramos de longe os mais novos na festa. Eu me sentia completamente diferente daquelas pessoas. Mas a Cilla conhecia todo mundo. Ela foi falar com o pessoal e me deixou abandonado num canto.

A festa era num salão enorme. Tive que atravessar o salão inteiro para chegar até a mesa. A maioria das pessoas estava sentada lá. Eu, é claro, não conhecia ninguém. Primeiro fiquei cheio de vergonha porque achei que todo mundo estava olhando pra mim. Mas não de morou muito para perceber que eles não estavam me dando a mínima. Comecei a entrar em pânico. Aí a Cilla apareceu e me deu uma bebida. Eu agarrei o copo que ela estava me oferecendo e tomei tudo de um gole só. Nem reparei no que estava bebendo. Eu estava fazendo a maior força para parecer um cara mais confiante. Ninguém falava comigo, e eu não conseguia pensar em nada para dizer. Alguém encheu o meu copo com alguma coisa que estava numa garrafa em cima da mesa. Fiquei tomando uns golinhos de vinho, só para não mostrar como eu estava sem graça e para ter alguma coisa para fazer

Aí alguém me ofereceu um coquetel. Eu nunca tinha bebido aquilo. Também tomei tudo de um gole só. Depois de algum tempo, a combinação do vinho com a música me deixou mais relaxado e eu comecei a conversar com alguém que conhecia uns amigos meus. Só quando eu fui me levantar para ir ao banheiro é que percebi como estava bêbado. Eu sabia que não podia beber mais, mesmo que eu ficasse mais relaxado e desinibido. De repente eu perdi completamente a timidez e comecei a rir feito um histérico de alguma coisa que alguém disse. Aí a Cilla apareceu e tentou me fazer calar a boca. Eu acho que ela estava super zangada. O pior é que eu comecei a falar um monte de besteira pra ela

Enquanto ainda estava falando com ela, comecei a me sentir super mal. Eu me sentei, e depois praticamente me deitei, com a cabeça entre os joelhos, cheio de frio. Eu suava pacas e estava me sentindo péssimo. Pensei que fosse morrer. Eu tinha certeza que a Cilla ia sumir de vergonha, mas ela foi muito legal. Disse que ia chamar o papai para me buscar e que ia para casa comigo. Vomitei no carro, no caminho de casa. Ainda bem que a Cilla estava no banco da frente. A mamãe me obrigou a tomar litros de água. Ela ficava o tempo todo resmungando que era para “evitar a desidratação”. Foi ela que me botou na cama. É óbvio que ela estava completamente irada, mas não falou nada. Não me lembro direito do que aconteceu depois disso.

Na véspera de Natal, eu fiquei deitado até a hora do almoço. Não estava a fim de comer. Eu estava com uma baita dor de cabeça e parecia que alguém tinha usado a minha língua para lixar as unhas. Era a minha primeira ressaca. Eu podia passar muito bem sem que a Susie ficasse me provocando porque eu tinha ficado bêbado e estava a fim da Cilla. Duvido que a Cilla goste de mim. Nem eu estava gostando de mim depois daquela festa. Aí eu me lembrei do vexame que eu dei. Fiquei com medo de que isso fosse estragar o Natal. Minha mãe e meu pai não falaram muito no assunto, mas está um clima meio desagradável aqui em casa. Eu queria que eles falassem ALGUMA COISA. Pendurei a minha meia na lareira. Ouvi o papai chegando às duas horas da manhã, tropeçando em todos os móveis e deixando um cheiro de uísque no ar.

Hoje a Susie e a Sally foram ver o que tinha dentro das meias comigo. A Sally já está meio velha demais para pendurar as meias no Natal, mas eu acho que ela quer acreditar em Papai Noel mais ainda do que a gente. Mamãe fez um almoço super gostoso. Reparei que a Susie já esqueceu que é vegetariana. Um peru deve equivaler a uma galinha.

Papai deu um gole de vinho para a Susie, mas não deu para mim. Sutil como um elefante. Ele disse que eu já tinha tomado muito. Devo ter ficado todo vermelho, porque a Susie deu um daqueles sorrisos superiores dela. Isso fez a Sally lembrar (ela fez um trabalho sobre o álcool ano passado) que nove entre dez crianças provam algum tipo de bebida alcoólica antes dos 4 anos. A maioria faz isso em casa, controlada de perto pelos pais. Nisso a Susie bebeu um gole “controlado de perto”, mas cuspiu tudo. Ela disse que era horrível e não entendia como é que as pessoas podiam tomar vinho. Eu queria saber até que ponto a Sally baseou o trabalho na sua própria experiência! Esse papo de bebida estava me deixando enjoado de novo, então a Sally parou. Ela disse que me emprestava o trabalho, se eu quisesse.

Ganhei uns presentes geniais da mamãe e do papai: um walkman e umas fitas novas. A Sally me deu um sabonete e a Susie um lenço. O barbeador tão necessário veio do terrível tio Bob.

Quinta-feira, 26 de dezembro

Dia de guardar os presentes. Todo mundo estava meio calado e de ressaca. Não tive a menor pena. Ouvi as minhas fitas novas. De noite eu já estava meio de saco cheio. Resolvi ler o “Trabalho sobre Bebidas Alcoólicas” da Sally para explicar os perigos da bebida para a minha família.

TRABALHO SOBRE BEBIDAS ALCOÓLICAS

Aluna: Sally Payne 2ª série do 2º grau

Introdução

O álcool é um produto químico cuja fórmula é C_2H_5OH . Ele já existia muito antes do nascimento de Cristo e é um tipo de droga que também pode ser um veneno.

Será que Jesus já ficou de pileque? Do jeito que ele transformava água em vinho..

O álcool é fabricado através da fermentação, e pode ser produzido a partir de várias matérias-primas: batata, flores, frutas, etc. As bebidas alcoólicas mais comuns são: o vinho, feito de uvas; a cidra, feita de maçã; a cerveja, feita do lúpulo e da cevada; o gim, feito da cevada, malte ou centeio, aromatizado com zimbro. O arroz é utilizado para fabricar o saquê, que é a bebida nacional do Japão.

O álcool de mistura padrão é aquele cujo teor alcoólico é de 50%. Este líquido apresenta a quantidade mínima de álcool que queimaria em contato com a pólvora. Pelo menos 1.000.000.000 de galões desse tipo de álcool são produzidos por ano, e a maior parte vai para a fabricação de bebidas. Uma pequena quantidade de álcool deixa as pessoas alegres, mas quantidades maiores amortecem os sentidos e prejudicam as faculdades mentais. Tomado em grande quantidade, o álcool pode causar perda da consciência, ou até mesmo a morte.

Eu podia ganhar uma fortuna destilando bebida, mas com certeza seria abstinência.

O álcool puro é chamado de álcool “absoluto”, e é muito difícil de ser fabricado. O líquido utilizado na indústria e na limpeza doméstica é uma mistura de álcool etílico e metílico. É muito perigoso beber este produto, pois o álcool metílico é bastante venenoso. Já houve

casos em que misturaram este tipo de álcool na bebida e as pessoas ficaram envenenadas. Algumas ficaram cegas e até morreram.

Acho que alguém fez isso com a minha bebida na festa antes do Natal.

Alguns fatos sobre as bebidas alcoólicas

O mais importante é saber a quantidade de álcool puro que há na bebida. No entanto, as substâncias que dão cor, sabor, cheiro e gosto à bebida também influenciam o mal-estar que as pessoas sentem depois.

250ml de cerveja = uma dose (140ml) de bebidas destiladas (uísque, gim, vodca, etc.) = um copo de vinho = uma taça pequena de xerez = um pouco menos de 250ml de cidra.

Não sabia que cidra era mais forte do que cerveja. Tenho que tomar mais cuidado quando for beber. Sempre pensei que fosse mais fraco, então eu tomava direto.

O álcool é rapidamente absorvido pelo estômago e é lançado na corrente sanguínea. A maior parte é queimada no fígado e o resto é descartado pela urina e pelo suor. Ele é absorvido com mais rapidez quando estamos de estômago vazio. Por isso é melhor comer alguma coisa antes de beber. O corpo leva em média uma hora para se livrar de um drinque comum. Se uma pessoa toma mais de cinco drinques em uma festa, ela só se sentirá bem novamente na manhã seguinte. Se tomar um litro e 250ml de cerveja ou cidra (ou uma bebida equivalente) em uma hora ela estará acima do limite permitido para dirigir.

Os perigos

A curto prazo, o principal perigo é que o álcool afeta o raciocínio, o autocontrole e os reflexos. Os acidentes de trânsito depois da ingestão de álcool são a principal causa de morte entre os jovens. Um em cada três motoristas que morrem nas estradas apresentam uma quantidade de álcool no sangue acima do limite estabelecido por lei. A cada ano, 12.000 pessoas são mortas por motoristas embriagados. Mesmo que a quantidade de álcool no sangue esteja DENTRO do limite legal, a probabilidade de causar acidentes depois de ingerir bebidas alcoólicas é maior.

Espero que a Sally tenha mostrado isso para o Steve. Precisa ver o jeito que ele anda de moto.

Os efeitos do álcool a longo prazo, entre outros, são: lesões no fígado, causadas por inflamações e fibroses; sangramentos e úlceras no estômago; câncer na boca e na

garganta; danos cerebrais; interferência na vida sexual; depressão; distúrbios psiquiátricos e violência.

Eu gostaria que a Cilla interferisse na minha vida sexual.

O consumo de bebidas alcoólicas durante a gravidez também pode prejudicar o feto. A criança pode nascer abaixo do peso normal e com lesões cerebrais.

O corpo da mulher é mais vulnerável ao álcool do que o do homem e, portanto, é mais prejudicado pela bebida.

Será que isso é porque a quantidade de água no corpo do homem maior do que no da mulher, e o álcool fica mais diluído?

O problema do álcool na adolescência — algumas informações que encontrei:

— nove entre dez adolescentes provam algum tipo de bebida alcoólica antes dos 14 anos. Isso acontece na mesma proporção entre os meninos e as meninas.

— a maioria prova a bebida em casa.

— os que fumam também experimentam álcool.

— os garotos costumam beber cerveja e chope, e as garotas preferem martini e vinho.

— os adolescentes que gostam de beber são mais influenciados pelos amigos do que pelos pais.

— os meninos e as meninas que bebem são encarados pelos amigos como pessoas que gostam de discotecas, sair para se divertir, agir como um adulto, se exhibir, fazer besteiras e brigar.

— os meninos e as meninas que não bebem são considerados o oposto.

— acredita-se também que os adolescentes que bebem são mais queridos pelos colegas do que pelos adultos; com os adolescentes que não bebem seria o contrário...

Dá para entender porque ela tirou 'A' nesse trabalho. Ainda tinha um monte de páginas, mas para mim essas já bastavam.

Sábado, 28 de dezembro

Hoje foi legal. Nevou. Eu realmente gosto da Cilla. Ainda mais depois do jeito que ela foi legal comigo quando eu fiquei bêbado. Tomara que ela vá na festa de Ano Novo do Sam. O Randy Jo está viajando, então pode ser que eu tenha outra chance.

Segunda-feira, 30 de dezembro

Adoro as férias porque dá para dormir até tarde. A mãe do Sam ligou pra mamãe pra falar da festa. Ela está achando que todo mundo vai levar bebida. O pai do Sam disse que vai revistar todo mundo na entrada. Coitado do Sam. Minha mãe e meu pai perguntaram no almoço o que a gente achava disso, mas acabaram dizendo o que ELES achavam, como sempre.

Eu disse que não achava legal ir toda noite num bar, que nem o pai do Nick, que é o maior pinguço. Eu também não queria ficar que nem esses mendigos que vivem por aí grudados numa garrafa de pinga. Mas eu disse que para mim não tinha problema nenhum tomar um drinque de vez em quando.

A Sally disse que bebeu pela primeira vez com dez anos. A mamãe deu um pouquinho de vinho branco para ela, e aí ela roubou a garrafa e tomou o resto no quarto. Bom, a garrafa já estava quase vazia. Depois de beber o resto do vinho, ela ficou tonta e com a cabeça pesada, e teve que ficar deitada. Ela bebeu o vinho porque sempre tinha sido muito certinha e queria fazer alguma coisa errada. A mamãe ficou chocada. Ela não tinha idéia de que isso tinha acontecido. Mas a minha mãe e o meu pai também admitiram que ficavam “alegrinhos” de vez em quando (não contei que tinha visto o papai para lá de “alegrinho” na noite de Natal?). A Sal disse que pintou a maior depressão quando ficou sem trabalho depois de não passar nas provas. Ela começou a ir toda hora ao bar, mesmo sem grana. Agora ela já não está bebendo tanto, porque está trabalhando num cabeleireiro perto de casa e pensando em fazer as provas de novo

Quarta-feira, 1º de janeiro

ANO NOVO — ESTOU ME SENTINDO O MÁXIMO! Fui à festa do Sam com o Nick. A gente estava achando que ia ser um saco. O Nick disse que tem três tipos de festa: festa de amasso, em que fica tocando a mesma música o tempo todo porque todo mundo está ocupado de mais para ir trocar; festa de bêbado, em que todo mundo toma cerveja ou chope, ninguém namora, e todo mundo vai parar na rua pra fumar e tomar ar fresco, ou no banheiro, pra vomitar. A pior é a festa da escola, em que os professores fazem papel de palhaço tentando dançar e usando roupas “moderninhas”. Nada de tocar em bebida ou em alguém do sexo oposto!

O Nick disse que dessa vez só ia tomar um drinque. Ele tomou o maior porre na última festa, pra não se sentir sozinho. Quando foi ver, estava contando para as pessoas

exatamente o que achava delas. Ele fez a pior mistura possível: cidra, vinho, vodca e depois cerveja. Até eu sei que o negócio é tomar só UM tipo de bebida. Ele acabou deitado no meio da rua com um amigo para ver quem morria primeiro.

A festa do Sam foi um barato. A música estava maneira, e tinha um monte de comida. Resolvi fazer que nem o Nick. Só tomei um drinque. Entrei o Ano Novo BEIJANDO A CILLA NA BOCA! Depois da meia- noite a coisa com a Cilla ficou ainda MELHOR. Tomara que isso seja uma doença contagiosa. Estou me sentindo ÓTIMO.